دودھ اور اسکی حقیقت

بہ اجازت مالکان بابو دیویدیال گپتا مالک گپتا اینڈ کمپنی ... ضلع ...
... چندر گپت پریس بلیماران دہلی میں باہتمام ...
... بار ۵۰۰

۱۹۴۰ء

مجرّباتِ گپتا
یہ تمام عمر کی معلومات کا ذخیرہ محض برادرانِ وطن کی بہبودی و راحت کے لئے شائع کیا گیا ہے۔ جو
بڑے بڑے کنجوس حکیموں اور سنیاسیوں کی سیوا خوشامد اور کئی طرح کی حکمت عملیوں سے یہ مجربات اکٹھے کئے
گئے ہیں۔ اسمیں آپکو ایسی ایسی بینظیر ادویات ملینگی جو بنانے میں آسان اور فوائد میں اکسیر ثابت ہونگی کتاب ہذا
کے چھپانے میں علاوہ دور دور تک نام ہو رہی حاصل کرنیکے دوائی خانہ کو شہرت اور عزت دلانے کے لالچ نے بھی ہم کو
مجبور کیا ہے اسواسطے ہمنے یہ جواہرات سے بھی قیمتی کتاب بالکل کم قیمت پر فروخت کرنیکا ارادہ کیا ہے تاکہ
ہمارے عزیزانِ وطن اس رتن بے بہا سے فیضیاب ہو کر ہمارے ہمیشہ کے گاہک بنجائیں۔ جو شخص اس
کتاب کے دو چار نسخے بھی آزمائے گا۔ اسکو خود بخود یقین ہو جائے گا کہ جس شخص نے یہ نایاب کتاب
لکھی ہے اسکے ہاں کی دیگر کتابیں اور ادویات تمام دنیا سے تحفہ اور نایاب کیوں
نہ ہونگی۔ اس کتاب میں ایک بھی ایسا نسخہ نہیں لکھا جو کم از کم پچاس دفعہ آزما کر نہیں دیکھا
دوائیں ایسی درج ہیں جو ہر جگہ فوراً ملجائیں سر سے پیر تک تمام بیماریوں کے عجیب و غریب
نسخہ جات خضاب کے تیل بال عمر بھر نہ پیدا ہونیکی سریع الاثر دوا۔ لاثانی اور حیرت انگیز دوا جس سے ہر شخص
کامل مرد بنجائے۔ اور کسی اشتہاری دوا فروش کے پھندے میں نہ آئے۔ ہر ایک دھات کا کشتہ کرنا
ہر دوا کا جوہر اڑانا تمام زہروں کے تریاق خوبصورتی حاصل کرنے کے راز عورتوں اور بچوں کی تمام
موٹی موٹی بیماریوں کے نہایت آسان علاج درج کئے ہیں۔ چھوٹے سے اشتہار میں کیا کیا لکھیں ہم
شرط کرتے ہیں۔ اگر کتاب آپکے ناپسند ہوگی۔ تو قیمت واپس کردیں گے۔ اگر جھٹ پٹ
درخواست کروگے تو مجلد کتاب، بارہ آنے (۱۲/) میں دیں گے۔
ملنے کا پتہ
منیجر چندر گپت اوشدھالیہ نمبر ۲۳ لدھیانہ ایس۔ پی۔ ریلوے

دُودھ اَور اسکی حقیقت

تمہید

ہمارے بزرگوں کا یہ ایک عام مقولہ ہے کہ دُودھ اور پُوت خوش نصیب ہی کو ملتے ہیں۔ یعنی جس کے گھر دُودھ بھی ہو اور بیٹا بھی ہو۔ اُس کو اپنی قسمت پہ مخمر کرنا چاہیئے +

درحقیقت دودھ اور فرزند ہر دو چیزیں دُنیا کی تمام نعمتوں سے گران قدر ہیں بمصرین عموماً غلو سے پاک رہ کر سچے دل سے پسر کو نورِ چشم لختِ جگر راحتِ قلب کا خطاب دے کر اسکی وقعت قیمتی سے قیمتی اور نایاب سے نایاب شئے سے بالاتر جانتے ہیں +

دودھ کی خوبیاں تمام اشیائے دنیا سے بڑھکر ہیں۔ کیونکہ دُنیا کے اندر کوئی چیز بھی ایسی نہیں جس ایک کے سہارے پر بچہ۔ طفل۔ کودک۔ جوان اُدھیڑ۔ بوڑھا۔ ہر اناث و ذکور اپنی زندگی صرف ایک چیز پر سیر ہو کے مسّرت سے پُوری کرے۔ پس دودھ وہ شئے ہے۔ کہ تمام چیزیں حکمت کی ترک کر دیں ایک جنگل بیابان میں بیٹھ جائیں۔ جہاں آب و دانہ تک نہ ہو مگر ایک دودھ آپ کو ہر فکر سے آزاد نیز تمام امراض کے حملہ سے شاد رکھیگا۔ تاہم جس طرح دنیا کے اندر جو چیز بہت ہی سودمند ہوتی ہے۔ وہی چیز اگر کسی بیرونی اثر سے ملبوس ہو جائے۔ تو بجائے بہتری کے بدتری کا نقشہ پیش کرتی ہے جیسا کہ

مجرباتِ گپتا
یہ تمام عمر کی معلومات کا ذخیرہ محض برادرانِ وطن کی بہبودی و راحت کے لئے شائع کیا گیا ہے۔ جو
بڑے بڑے کنجوس حکیموں اور سنیاسیوں کی سیوا خوشامد اور کئی طرح کی حکمت عملیوں سے یہ مجربات اکٹھے کئے
گئے ہیں۔ ہمیں آپ کو ایسی ایسی بینظیر ادویات ملینگی جو بنانے میں آسان اور فوائد میں آبحیات ثابت ہونگی کتاب ہذا
کے چھپوانے میں علاوہ دور دور تک ناموری حاصل کرنیکے دوائی خانہ کو شہرت اور عزت دلانے کے لالچ نے بھی ہم کو
مجبور کیا ہے اسواسطے ہمنے یہ جواہرات سے بھی قیمتی کتاب بالکل کم قیمت پر فروخت کرنیکا ارادہ کیا ہے تاکہ
ہمارے عزیزانِ وطن اس تن بے بہا سے فیضیاب ہو کر ہمارے ہمیشہ کے گاہک بنجائیں۔ جو شخص اس
کتاب کے دو چار نسخے بھی آزمائے گا۔ اسکو خود بخود یقین ہوجائے گا کہ جس شخص نے یہ نایاب کتاب
لکھی ہے اسکے ہاں کی دیگر کتابیں اور ادویات تمام دنیا سے تحفہ اور نایاب کیوں
نہ ہونگی۔ اس کتاب میں ایک بھی ایسا نسخہ نہیں لکھا جو کم از کم پچاس دفعہ آزما کر نہیں دیکھا
دوائیں ایسی درج ہیں جو ہر جگہ فوراً ملجائیں سر سے پیر تک تمام بیماریوں کے عجیب و غریب
نسخہ جات خضاب کے تیل بال عمر بھر نہ پیدا ہونیکی سریع الاثر دوا۔ لاثانی اور حیرت انگیز دوا جس سے ہر شخص
کامل مرد بنجائے۔ اور کسی اشتہاری دوا فروش کے پھندے میں نہ آئے۔ ہر ایک دھات کا کشتہ کرنا
ہر دوا کا جوہر اڑانا تمام زہروں کے تریاق خوبصورتی حاصل کرنے کے راز عورتوں اور بچوں کی تمام
موٹی موٹی بیماریوں کے نہایت آسان علاج درج کئے ہیں۔ چھوٹے سے اشتہار میں کیا کیا لکھیں ہم
شرط کرتے ہیں۔ اگر کتاب آپکے ناپسند ہوگی۔ تو قیمت واپس کردیں گے۔ اگر جھٹ پٹ
درخواست کروگے تو مجلد کتاب بارہ آنے (۱۲/) میں دیں گے۔
ملنے کا پتہ
منیجر چندر گپت اوشدھالیہ نمبر ۲۳ لدھیانہ ایس۔ پی۔ ریلوے

دُودھ اَور اسکی حقیقت

تمہید

ہمارے بزرگوں کا یہ ایک عام مقولہ ہے کہ دُودھ اور پُوت خوش نصیب ہی کو ملتے ہیں۔ یعنی جس کے گھر دُودھ بھی ہو اور بیٹا بھی ہو۔ اُس کو اپنی قسمت پر مخمر کرنا چاہیئے +

درحقیقت دودھ اور فرزند ہر دو چیزیں دُنیا کی تمام نعمتوں سے گران قدر ہیں مبصرین عموماً غلو سے پاک رہ کر سچے دل سے پسر کو نورِ چشم لخت جگر۔ راحتِ قلب کا خطاب دے کر اسکی وقعت قیمتی سے قیمتی اور نایاب سے نایاب شئے سے بالاتر جانتے ہیں +

دودھ کی خوبیاں تمام اشیائے دنیا سے بڑھکر ہیں۔ کیونکہ دُنیا کے اندر کوئی چیز بھی ایسی نہیں جس ایک کے سہارے پر بچہ۔ طفل۔ کودک۔ جوان اُدھیڑ۔ بوڑھا۔ ہر اناث و ذکور اپنی زندگی صرف ایک چیز پر سیر ہو کے مسرت سے پوری کرے۔ پس دودھ وہ شے ہے۔ کہ تمام چیزیں حکمت کی ترک کر دیں ایک جنگل بیابان میں بیٹھ جائیں۔ جہاں آب و دانہ تک نہ ہو مگر ایک دودھ آپ کو ہر فکر سے آزاد نیز تمام امراض کے حملہ سے شاد رکھیگا۔ تاہم جس طرح دنیا کے اندر جو چیز بہت ہی سودمند ہوتی ہے۔ وہی چیز اگر کسی بیرونی اثر سے ملبوس ہو جائے۔ تو بجائے بہتری کے بدتری کا نقشہ پیش کرتی ہے جیسا کہ

(حیض) بند ہو جائیں۔ مگر اسکی تندرستی میں فرق نہ آئے۔ (ہم آپکو ایک ایسا نسخہ بتا سکتے ہیں) تو چند ماہ کے بعد اس عورت کو داڑھی اور مونچھ کے گھنے بال پیدا ہو جائیں گے ÷

جس وقت کہ جنین والدہ کے شکم میں ہوتا ہے۔ اس وقت اُسکی غذا اس کا خون حیض ہوا کرتی ہے۔ یہی سبب ہے کہ حاملہ عورت کے ماہواری ایام رُک جاتے ہیں۔ پھر جب بچہ ہوتا ہے۔ تو وہی اس کا حائضہ خون ان متذکرہ رگوں سے اوپر کو چڑھتا ہے۔ اور تھوڑا تھوڑا ہو کر طبیعت دودھ کی حاصل کرتا ہے۔ پس اس طور پستانوں میں شیر (دودھ) کی غذا مولود کے لئے تیار رہتی ہے جیسا کہ قبل آمد مہمان کے میزبان کھانے کی تیاری کرتا ہے ویسے ہی خداوند کریم اُس خون کو جو ہر وقت ایام حیض باہر دفع ہوتا تھا۔ اب پستانوں کے اثر سے دودھ کی شکل میں تبدیل کر دیتا ہے ÷

تم تحقیق کے لئے یوں کرو۔ کہ ایک قصاب کے ہاں جا کر کسی ذبح شدہ بکری کا تازہ بتازہ شیردان لے لو۔ اسکو درمیان سے شگاف دے کر اُس میں گرما گرم خون بھی بھر دو۔ بعد ازاں اوپر سے ٹانکے لگا کر کچھ دیر گرم راکھ میں کسی چمڑے کی تھیلی میں لپیٹ کر دبا دو۔ دو گھنٹے کے بعد نکال کر دیکھو گے۔ کہ وہی خون ڈالا ہوا خالص دودھ بن جائیگا ÷

بعض امراض کے سبب جبکہ پستانوں میں یہ کیمیائی جوہر (جو کہ خون کو دودھ بناتا ہے) باقی نہیں رہتا۔ اس وقت ویسے شیر دار حیوانات کے پستان سے بجائے دودھ کے خون ہی برآمد ہوتا ہے۔ پس تحقیق ہوا۔ کہ دودھ خالص خون ہی ہوا کرتا ہے۔ گو رقیق اور لطیف و خوش ذائقہ ہو جاتا ہے۔ مگر یہ سبب قدرتِ کاملہ اُس کردگار کی ہے ÷

اچھے اور بُرے دُودھ کی پہچان

یہ تو آپ پڑھ چکے ہیں۔ کہ دُودھ خون ہوتا ہے۔ ہم مذہبی نکتہ خیال سے یہاں بحث کرنا موزوں نہیں سمجھتے۔ لیکن تمثیلاً بتانا جائز ہے۔ کہ جیسا کسی جانور کا مزاج اور عادت و افعال و خواص ہوں۔ وہی اثر اُسکے دُودھ میں ہوتا ہے کئی ایک قصّے کہانیوں میں یہ بات مذکور ہے۔ کہ نہایت غصّہ اور جوش و خروش یا سخت حیوانی جذبات کے وقت جب فی الفور ہی کسی عورت نے اپنے بچّے کو دودھ پلایا۔ تو فوراً دودھ پیتے ہی بچّہ مر گیا +

یُوہی مریض عورت کے بچّے مریض مریض حیوان کے دُودھ سے اُسی مرض میں اُس کا دُودھ پینے والا مبتلا ہوتا ہے۔ آپ ثابت کر سکتے ہیں کہ وہ عورت جس کے جسم میں آتشک یا سوزاک یا بواسیر یا ڈبہ یا خارش یا تپدق یا خنازیر (رہنجیران) وغیرہ کا مادہ تھا۔ اس کا شیر خوار بچّہ بھی اسی مرض میں گرفتار ہو گیا۔ بس مریض حیوانات کا دُودھ بہت ہی بُرا دُودھ ہے۔ جوان۔ تندرست خوبصورت جانور کا دُودھ نہایت اچھا دودھ ہے۔ نیز بچّوں کے لئے ایسے حیوان کا (بجز اُن کی والدہ کے) دُودھ تجویز کرو۔ جس کو بچّہ دئے ہوئے ایک ماہ سے زاید ایام گزر چکے ہوں +

انسان اور اسکی اولاد کے لئے سب سے بہتر دُودھ گائے کا ہے؎۔ کیونکہ اسکی میعاد حمل عورت کی میعاد کے برابر ہے۔ پس جوان۔ خوبصورت اور تندرست گائے ہو تو اُس کا دودھ بچّوں اور جوانوں کے لئے ازبس مفید ہے

؎ برادران ہنود جو گائے کی حفاظت اور ادب کرتے ہیں۔ اسکی وجہ اسکے برکات کی پوجا ہے نہ کہ دیگر کوئی فلسفہ۔ جن اصحاب کو مزید استفسار ہو۔ وہ خط لکھکر پوچھیں۔

(حیض) بند ہوجائیں۔ مگر اسکی تندرستی میں فرق نہ آئے۔ (ہم آپکو ایک ایسا نسخہ بتا سکتے ہیں) تو چند ماہ کے بعد اس عورت کو داڑھی اور مونچھ کے گھنے بال پیدا ہوجائیں گے÷

جس وقت کہ جنین والدہ کے شکم میں ہوتا ہے۔ اس وقت اُسکی غذا اس کا خون حیض ہوا کرتی ہے۔ یہی سبب ہے کہ حاملہ عورت کے ماہواری ایام رُک جاتے ہیں۔ پھر جب بچہ ہوتا ہے۔ تو وہی اس کا حائضہ خون ان متذکرہ رگوں سے اوپر کو چڑھتا ہے۔ اور تھوڑا تھوڑا ہوکر طبیعت دودھ کی حاصل کرتا ہے۔ پس اس طور پستانوں میں شیر (دودھ) کی غذا مولود کے لئے تیار رہتی ہے جیسا کہ قبل آمد مہمان کے میزبان کھانے کی تیاری کرتا ہے ویسے ہی خداوند کریم اُس خون کو جو ہر وقت ایام حیض باہر دفع ہوتا تھا۔ اب پستانوں کے اثر سے دودھ کی شکل میں تبدیل کردیتا ہے÷

تم تحقیق کے لئے یوں کرو۔ کہ ایک قصاب کے ہاں جاکر کسی ذبح شدہ بکری کا تازہ بتازہ شیردان لے لو۔ اسکو درمیان سے شگاف دے کر اُس میں گرما گرم خون بھی بھردو۔ بعد ازاں اوپر سے ٹانکے لگاکر کچھ دیر گرم راکھ میں کسی چمڑے کی تھیلی میں لپیٹ کر دبا دو۔ دو گھنٹے کے بعد نکال کر دیکھو گے۔ کہ وہی خون ڈالا ہوا خالص دودھ بن جائیگا÷

بعض امراض کے سبب جبکہ پستانوں میں یہ کیمیائی جوہر (جو کہ خون کو دودھ بناتا ہے) باقی نہیں رہتا۔ اس وقت ویسے شیردار حیوانات کے پستان سے بجائے دودھ کے خون ہی برآمد ہوتا ہے۔ پس تحقیق ہوا۔ کہ دودھ خالص خون ہی ہوا کرتا ہے۔ گو رقیق اور لطیف و خوش ذائقہ ہوجاتا ہے۔ مگر یہ سبب قدرتِ کاملہ اُس کردگار کی ہے÷

اچھّے اور بُرے دُودھ کی پہچان

یہ تو آپ پڑھ چکے ہیں۔ کہ دُودھ خون ہوتا ہے۔ ہم مذہبی نکتہ خیال سے یہاں بحث کرنا موزوں نہیں سمجھتے۔ لیکن تمثیلاً بتانا جائز ہے۔ کہ جیسا کسی جانور کا مزاج اور عادت و افعال و خواص ہوں۔ وہی اثر اُسکے دُودھ میں ہوتا ہے کئی ایک قصّے کہانیوں میں یہ بات مذکور ہے۔ کہ نہایت غصّہ اور جوش و خروش یا سخت حیوانی جذبات کے وقت جب فی الفور ہی کسی عورت نے اپنے بچّے کو دُودھ پلایا۔ تو فوراً دُودھ پیتے ہی بچّہ مر گیا +

یُونہی مریض عورت کے بچّے مریض مریض حیوان کے دُودھ سے اُسی مرض میں اُس کا دُودھ پینے والا مُبتلا ہوتا ہے۔ آپ ثابت کر سکتے ہیں کہ وہ عورت جس کے جسم میں آتشک یا سوزاک یا بواسیر یا دَبہ یا خارش یا تپدق یا خنازیر (سنجیراں) وغیرہ کا مادہ تھا۔ اس کا شیر خوار بچّہ بھی اسی مرض میں گرفتار ہو گیا۔ بس مریض حیوانات کا دُودھ بہت ہی بُرا دُودھ ہے۔ جوان تندرست خوبصورت جانور کا دُودھ نہایت اچھّا دُودھ ہے۔ نیز بچّوں کے لئے ایسے حیوان کا دبجز اُن کی والدہ کے) دُودھ تجویز کرو۔ جس کو بچّہ دئے ہوئے ایک ماہ سے زاید ایام گذر چکے ہوں +

انسان اور اسکی اولاد کے لیئے سب سے بہتر دُودھ گائے[1] کا ہے۔ کیونکہ اسکی میعاد حمل عورت کی میعاد کے برابر ہے۔ پس جوان۔ خوبصورت اور تندرست گائے ہو تو اُس کا دودھ بچّوں اور جوانوں کے لئے ازبس مفید ہے

[1] برادران ہنود جو گائے کی حفاظت اور ادب کرتے ہیں۔ اسکی وجہ اسکے برکات کی پوجا ہے نہ کہ دیگر کوئی فلسفہ۔ جن اصحاب کو مزید استفسار ہو۔ وہ خط لکھکر پوچھیں۔

آج کل قریباً تمام شہروں اور قصبوں میں دودھ بیچنے والے دودھ میں نہایت ہی ناپاک ردی اور مضر صحت چیزیں ملاتے ہیں۔ جن کا بیان کرنا قرین مصلحت نہیں ہے۔ صرف اس قدر عرض کرنا واجب ہے کہ اگر آپ اپنی اور اپنی آل اولاد کی تندرستی ضروری سمجھتے ہیں۔ تو خود اپنے گھر میں تندرست اور اچھا جانور شیردار رکھیں یہ نہ ہو سکے۔ تو آپ تکلیف اٹھا کر دودھ بیچنے والوں کے ہاں جائیں اور بچشم دید دودھ نکلوا کر استعمال کریں۔ دودھ شناشی کے آج کل کے مروجہ ولایتی آلات بھی بعض اوقات بالکل ہی نکمے ثابت ہوتے ہیں۔ اسلئے ان پر بھی اعتبار نہ کرنا چاہیئے ؛

تمام حیوانات کے دودھ

اور

اُن کا مفصل بیان

(۱) عورت کا دودھ

انسان کے لئے ہر ایک حیوان کے دودھ سے عورت کا دودھ بہتر ہے عورت تندرست اور جوان ہو۔ لڑکی والی ہو تو اس کا زیادہ تر لطیف اور زود ہضم ہوتا ہے۔ عورت کے دودھ کی طبیعت دوسرے درجہ میں سرد تر ہے دودھ والی عورت کو ہر قسم کی ترش غذا سے قطعی پرہیز کرنا چاہیئے وہ پاک وصاف رہے۔ غصہ و غضب اور رنج و غم نہ کرے۔ جماع سے دور رہے۔ قابض اور دیر ہضم و حیوانی اغذیہ بھی استعمال نہ کرے ؛

اگر آتشک یا سوزاک یا سرخبادہ یا برص وبہق یا کسی قسم کی خارش کا مادہ
عورت کے جسم میں ہو۔ تو اُسکو شروع حمل سے لیکر بچہ پیدا ہونے سے بھی ایک ماہ بعد
تک مندرجہ ذیل عرق بنوا کر پلائیں۔ تو فرزند اس کا ہر ایک مرض سے محفوظ رہیگا۔
نسخہ عرق۔ ہلیلہ سیاہ۔ نیم کے پھول۔ برہمی بوٹی۔ برہم ڈنڈی۔ بیل کنٹھی۔
پاپڑہ۔ ہر ایک سیر بھر۔ ناگیسر۔ عشبہ۔ برگ حنا۔ برگ تلسی ہر ایک دس چھٹانک
تمام ادویات کو جوکوب کر کے سہ گنا پانی میں دو دن تک بھگو کر بعد ازاں بانس
کی نے (فرع انبیق) سے دھیمی آنچ رکھ کر ہموزن ادویات کے عرق نکالیں
خوراک ۳ تولہ ہر روز صبح کو پلانا شروع کر دیں۔ دس دن کے بعد ساڑھے تین تولہ
اور بیس دن کے بعد ۴ تولہ پلایا کریں۔ عرق ہر دو ماہ کے بعد نیا بنوانا چاہیئے +

جس عورت کی اولاد مرض ڈبہ یعنی ام الصبیان (بچوں کی مرگی) میں
مبتلا ہو کر ضائع ہو جاتی ہو اُسکو حمل کے پانچویں مہینے سے لیکر تا یوم ولادت
طفل یہ گولیاں کھلائیں +

نسخہ گولیاں۔ جدوار خطائی۔ زہر مہرہ خطائی۔ زہر مہرہ اصلی۔ خاکستر
چرم خرگوش ہر ایک، دو تولہ۔ گئو لوچن۔ مرمکی۔ گول مرچ سفید۔ دانہ الائچی
خورد۔ ہر ایک تولہ تولہ۔ سب کو تین دن تک عرق مکو میں کھرل کر کے بقدر
دانہ ماش (اردو) گولیاں بنائیں۔ ہر روز صبح کو ایک گولی عرق گاؤزبان چھ
تولہ کے ساتھ کھلایا کریں +

حمل کے دنوں میں اگر یہ جاننا چاہیں۔ کہ عورت کے بطن میں لڑکی ہے
یا لڑکا ہے۔ تو اسکے پستان سے چند قطرہ دودھ کے ایک طشتری میں نکالیں
اس دودھ میں ایک جوں چھوڑ دیں۔ اگر جوں زندہ دودھ سے نکل جائے۔ تو
یقین کر لو کہ اُسکے شکم میں اولاد نرینہ یعنی بیٹا ہے۔ اگر جوں مر جائے یا دودھ

سے نکل نہ سکے۔ تو اُس کے پیٹ میں لڑکی ہے۔ اگر پیٹ میں لڑکا ہوگا تو اُس کا داہنا
پستان بڑا ہوگا۔ لڑکی حمل میں ہو تو بائیں جانب کا پستان قدرے متورم زیادہ ہوگا۔

بچوں کو دودھ پلانا۔ ہم ہر ایک جانور شیر دار کے بیان میں جدا جدا ترکیب
و فوائد لکھیں گے۔ یہاں صرف عورت ہی کے بارے میں لکھا جاتا ہے +

عورت جوان۔ تندرست اور فربہ جسم ہو اس کا چال چلن اسکے ہر قسم
کے خیالات نہایت اعلیٰ ہوں۔ کیونکہ دودھ کی تاثیر سے ہر قسم کے خیالات والدہ
کے بچے کی طبیعت پر قابض ہو جاتے ہیں۔ اگر بچے کی والدہ ضعیف القوا ہے۔
یا اس کا دودھ بچے کو اچھی طرح ہضم نہیں ہوتا۔ تو بہتر ہے کہ اسکے لئے دودھ
پلانے والی دایہ کسی شریف ذات کی نوکر رکھی جائے۔ ورنہ دودھ بڑھانے اور
اچھا بنانے کی طرف توجہ دیں +

اگر دودھ کم ہے جس سے کہ بچہ پورے طور سے سیر نہیں ہو سکتا تو اسکی
والدہ یا دایہ کو حسب ذیل اغذیہ و ادویہ استعمال کرائیں۔ ساتھ ہی یہ بات بھی
واضح رہے۔ کہ اگر عورت بھی قوی ہے تندرست بھی ہے۔ مگر غذا اُسے اچھی
نہیں ملتی۔ جس سے کہ بکثرت دودھ پیدا ہو سکے۔ تو اس کے لئے دوا مفید نہیں
بلکہ غذا ہی اعلیٰ سودمند ہوگی۔ اگر اُسے بواسیر کا خون جاتا ہے۔ تو غذا اور دیگر
ادویات کو چھوڑ کر سب سے اوّل اُس کا خون بواسیر کا بند کرنے کی تدبیر کریں۔
تو آپ سے آپ دودھ بڑھ جائیگا۔ عام عورتوں کے لئے قلت دودھ کے نسخے یہ ہیں۔
نسخہ دودھ بڑھانیکا۔ بیخ کدو۔ مغز بادام شیریں۔ مغز پنبہ دانہ۔ مغز
چلغوزہ۔ تودری۔ خشخاش ہر ایک ۱۱ ماشہ۔ شیرہ تخم چقندر ایک تولہ شیر خشت
۱۴ ماشہ۔ نشاستہ ۲ تولہ۔ نبات و مصری ۴ تولہ، روغن زرد مادہ گاؤ چھٹانک
بھر سب کو بطور حریرہ پکا کر پلائیں۔

دیگر سفوف کا نسخہ منقول از اکسیر اعظم جلد ۲ صفحہ ۳۳۰۔ تخم ریحان۔ تخم مرو۔ تخم باورو ج۔ تو دری سُرخ۔ شقاقل۔ تخم گاجر۔ تخم اجزہ مغز تخم کدو شیریں مغز تخم تربوز۔ تخم خربوزہ۔ ہر ایک تولہ تولہ۔ سفوف کر کے روزمرہ صبح کو ڈیڑھ پاؤ دودھ میں بقدر ضرورت مصری ملا کر دو تولہ کھلائیں +

نسخہ عرق۔ کاسنی سبز معہ برگ و ثمر و بیخ۔ پالک کے سبز پتے۔ مکو معہ ہر جنس سبز تلسی کی سبز پتی۔ برگ کنار وشتی۔ ہر ایک دو سیر پختہ۔ برنگ سرخ۔ گو داتر بوزہ سیر دودھ اونٹنی ۲ سیر۔ سب کو ایک دیگ میں ڈال کر مدہم آنچ سے چھ یا سات بوتل تک عرق نکالیں۔ ہر روز صبح وشام پانچ چھ تولہ ایک وقت یعنی بارہ تولہ تک یومیہ پلایا کریں +

اغذیہ و میوہ جات دودھ بڑھانے والے۔ گیہوں کی روٹی۔ اروی مونگ کی دال۔ چاول۔ آلو۔ دودھ چاول۔ حلوان کا گوشت۔ انڈہ نیم برشت چاول کا زردہ۔ حلوہ جس میں گھی کافی ہو۔ دودھ گائے کا بھینس کا بکری کا اونٹنی کا۔ بقولات و ساگ۔ سوائے بینگن۔ کریلا اور ترشیات نباتات کے سب مفید ہیں میوہ جات سے انگور۔ آم شیریں۔ انار شیریں۔ امرود۔ ناسپاتی۔ رس بھری کیلا۔ سنگترہ شیریں۔ سروا۔ خربوزہ۔ کھیرا کھلائیں۔ اگر عورت کو بواسیر کا عارضہ ہو تو جب تک بچہ دودھ پیتا رہے۔ عورت کو ہر روز صبح کے وقت مندرجہ ذیل سفوف دو تولہ مکھن کے ساتھ کھا لینا ضروری ہے۔ ورنہ بچہ بھی بلوغت کے زمانہ میں بلکہ طفلی ہی میں مبتلائے مرض بواسیر ہو گا +

نسخہ سفوف۔ ناگیسر کا زیرہ۔ سمندر سوکھ۔ مغز تخم کرنجوہ۔ ہر چہار تولہ طباشیر نقرہ دو تولہ۔ دانہ الائچی خورد۔ ایک تولہ۔ سرمہ سیاہ دو ماشہ۔ سب کو باریک کوٹ کر چھان کر چار چار ماشہ کی پڑیہ بنائیں۔ ایک پڑیہ ہر روز کھلائیں +

دودھ کم کرنے کی ادویہ۔ اگر بہت قوی الجثہ لحیم وشحیم عورت ہو جسکے جسم میں خون بہت ہی زیادہ ہو۔ اور دودھ بھی اس قدر ہو کہ بچہ اتنا دودھ پینے سے ہی عاجز ہو اور اُسکے پستان ہر وقت افزونی شیر سے دور کرنے لگتے ہوں۔ تو یہ نسخے استعمال کرائیں +

ضماد ۔ واضح رہے کہ یہی نسخے واسطے ورم پستان کے ہیں جو کہ بسبب جم جانے دودھ کے لاحق ہوا ہو +

(۱) پودینہ کے برگ خشک دو تولہ۔ مکو کی جڑ خشک ایک تولہ ہر دو کو کوٹ چھانکر بیس تولہ سرکہ انگوری میں پکا کر پستان پر ضماد کریں +

(۲) چوب میدہ۔ کچنال کا پوست۔ تخم میتھی۔ پوست بیخ ارنڈ۔ گیرو ہر ایک تولہ تولہ۔ عرق مکو ۲۰ تولہ میں ضماد کریں پکا کر +

(۳) بالبوتہ۔ اکلیل الملک۔ ہر ایک ۴ ماشہ۔ چھڑ یلہ۔ تخم ریحان۔ تخم السی۔ بیخ سوسن ہر یک چھ ماشہ۔ سب کو ڈیڑھ پاؤ پانی میں پکائیں۔ جب گاڑھا لعاب ہو جائے۔ تو قدرے جو کا آٹا اور سرکہ شامل کر کے ضماد کریں +

طِلا کے نسخے۔ ضماد گاڑھا ہوتا ہے۔ اور طلا پتلا لیپ کہلاتا ہے +

(۱) لاکھ بیری۔ مردار سنگ۔ زیرہ سیاہ۔ مسور کا چھلکا۔ چاروں ہموزن لے کر روغن گل میں گھس کر طلا کریں +

(۲) پتے اور پھل اور پوست انار باریک کر کے رات دن پانی میں بھگوئیں دوسرے دن چند جوش دیکر صاف کر کے چہارم حصہ اسکے کڑوا تیل اضافہ کر کے جوش دیں۔ کہ پانی جل جائے۔ یہ تیل پستان پر ملتے رہا کریں +

(۳) ریوند چینی۔ کالی زیری ہر ایک تولہ تولہ۔ مُلتانی مٹی تین تولہ سب کو باریک کوٹ چھان کر نیم گرم پانی میں گھول کر طلا کریں +

وہ اغذیہ و ادویہ جن سے دودھ کم ہوجاتا ہے۔ مسور۔ چکندر۔ تل سیاہ۔ تل کے پھول۔ برگ سداب۔ جوزہ جندم۔ زعفران۔ برگ غار۔ کرنس۔ بیٹھد۔ قاقلہ۔ ابہل۔ تمر ہندی۔ سمندر پھل۔ تخم بادروج۔ انیسوں۔ اشق۔ ہر قسم کی ثقیل غذا۔ ادلہ چھوہارا۔ خرما۔ اخروٹ۔ مونگ پھلی۔ ارہر کی دال۔ سیم کی پھلی۔ ہر طرح کے خشک وگرم و تلخ پھل و اناج دودھ سکھاتے ہیں۔ جلاب لینے یا فصد کرانے سے بھی فوراً ہی دودھ کم ہوجاتا ہے +

بچے کو خوبصورت اور تندرست و فربہ رکھنا۔ عورت بچے والی کو ہر روز صبح کے وقت دو تولہ مغز بادام مقشر ۴ رتی۔ یاقوت رمانی مدبر ایک رتی۔ ورق چاندی نصف رتی۔ کستوری۔ ۳ تولہ مکھن اور ۲ تولہ مصری کوزہ۔ یہ تمام چیزیں کھرل میں یک ذات کر کے کھلایا کریں۔ اگر بھوک کافی نہ لگتی ہو تو انہی ادویہ میں ایک ماشہ گول مرچ سفید اور دو رتی سہاگہ بریاں اضافہ کرلیں۔ اس مندرجہ بالا غذائی ادویات کے اثر سے اسکا دودھ بہت قوی ہوگا۔ بچہ دن بدن فربہ اور حسین بنے گا +

عورت کے دودھ کے افعال و خواص۔ مندرجہ ذیل امراض میں عورت کا دودھ مفید ثابت ہوا ہے۔ یہ یاد رہے کہ جوان اور تندرست عورت کا دودھ ہو اور لڑکی والی ہو۔ ۴۰ دن کی لڑکی ہوجائے تب اسکی والدہ کا دودھ کارآمد و مفید ہوگا۔

نسخہ آشوب چشم۔ آنکھیں دکھنی آویں۔ تو صرف دودھ ہی بہت مفید ہے۔

نسخہ۔ افیون و زعفران ہر ایک دو رتی۔ رسونت۔ پھٹکری سرخ بریاں۔ ہلیلہ زرد کا پوست۔ چاکسو۔ سرچینی ہر ایک تین ماشہ۔ دھنیہ۔ ہلدی ہر ایک پانچ ماشہ۔ سب کو عورت کے دودھ میں کھرل کر کے قطرے آنکھ کے اندر ڈالیں اور باقی ہر طرف گرداگرد آنکھوں کے لیپ کر دیا +

ہر قسم کے ضعفِ دماغ اور بیخوابی کیلئے عورت کا دودھ اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ دردسر۔ عارا اور مالیخولیا والے کو بھی ویساہی مفید ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے۔ کہ عورت کے دودھ سے باریک کپڑا بھگو بھگو کر ایک ایک گھنٹہ بعد سر کے اوپر رکھتے جائیں۔ تو بہت جلد شفا ہوگی +

تپدق اور سل کے لیے۔ کھانسی خشک اور نفث الدم (خون کی تھوک) کیواسطے عورت کے پستانوں سے چوسنا بہت فائدہ مند ہے۔ ان امراض متذکرہ صدر کے مریض ایک دن میں تین چار دفعہ خود مُنہ سے چوسیں گے تو جلدی صحت حاصل ہوگی +

اگر بالغ اشخاص پستانوں سے پینا حجاب کا باعث سمجھیں۔ تو ایک گلاس قلعی شدہ تانبے کا اچھا گرم کر کے دست پناہ سے پکڑیں۔ اُس میں دودھ نکال کر فوراً ہی پی لیں۔ پس مدعا یہ ہے۔ کہ اسکی حرارت اتنی ہی موجود ہے۔ تو پی لینا چاہیئے۔ اعلیٰ دودھ کی رنگت سفید ہوگی۔ وہ خوش مزہ و خوشبودار ہوگا۔ قوام بھی اُس کا لطیف ہوگا۔ ایسے مریضوں کے لئے پہاڑ کے علاقہ کی عورت کا دودھ سب سے بہتر و زود اثر ہوگا +

گائے کا دُودھ

چونکہ گائے کی میعاد حمل عورت کے ایام حمل کے برابر ہے۔ اسلئے انسان کے لئے سب سے افضل دُودھ گائے کا دودھ ہے نیز شیر گاؤ میں ماہیت وجبنیت اور دھنیت تینوں جزو اعتدال پر اور مساوی ہیں۔ پس جوان عمر اور تندرست گائے کا دودھ جسکو چارہ نباتات اور چوکر بنولہ کھلی بھی اعلیٰ کھلائی جائے اُس کا دودھ نہایت قابل قدر ہے +

اس کی طبیعت گرمی - سردی اور تری میں معتدل ہے اس لئے ہر عمر کے انسان اناث و ذکور کے عین موافق ہے +

افعال و خواص - مفتح - جالی - کافی غذا دینے والا اور زود ہضم ہوتا ہے - تازہ بتازہ نکالا ہوا دودھ جو کہ ابھی سرد نہ ہوا ہو یا پستان سے چوسا جائے - تو دماغ کا جوہر بڑھاتا ہے - نسیان و مالیخولیا وہم اور فکر دور کرتا ہے - ناک کی تمام بیماریاں نابود کرتا چہرہ کی رنگت خوبصورت بناتا ہے - دل کو قوت دیتا ہے پھیپھڑہ اور حلق کی بیماریوں کو نہایت مفید ہے - قرحہ - ریہ اور سل کو جن کے ساتھ بخار نہ ہو اُن کے لئے بہترین دوا ہے منی (بیرج) سشدہ اور بکثرت پیدا کرتا ہے - جسم کو فربہ اور سڈول بناتا ہے چستی اور بشاشت لاتا ہے - قبض کشا ہے - لیکن اگر آہن تاپ کر کے پیا جائے - تو دستوں کو بند کرتا ہے - ترکیب اسکی یہ ہے کہ آدھ سیر کے قریب جوش شدہ دودھ ٹھنڈا کریں - اور لوہے کا ایک باٹ سیر بھر تک وزن کا آگ میں سرخ کریں - پھر اُسی دودھ میں ڈالیں - ٹھنڈا ہونے پر پھر اسکو سرخ کریں - یونہی چھ سات دفعہ گرم کر کے دودھ میں بجھائیں - اس دودھ میں حسب خواہش مصری ملا کر اسہال والے مریض کو پلائیں تو دست اسکے بند ہو جائینگے - ایسے ہی سنگ تاپ دودھ بھی قابض اثر پیدا کرتا ہے +

سوزاک کا مریض اگر پاؤ بھر خام دودھ میں دوگنا پانی اور حسب ضرورت مصری ملائے - اور اسکے ساتھ ڈیڑھ ماشہ پھٹکری سرخ بریاں کھائے - صبح اور شام دونوں وقت ہفتہ بھر استعمال کرے - کھٹائی - نمک - مرچ کا پرہیز رکھے تو مرض سوزاک سے شفا پاتا ہے +

دودھ چاول پکا کر کھانا طاعون کے مریض کو بہترین غذا ہے دہی دودھ چاول پلٹس کی طرح پکا کر گلٹی پر باندھیں - اور دہی کھلاتے رہیں تو گلٹی میں

پیپ پڑجاتی ہے۔ اور بیمار بشرطیہ صحت یاب ہوجاتا ہے +

ہر قسم کی خارش پر طلا کرنیسے آرام ہوجاتا ہے۔ خصوصاً خشک کھجلی والا اگر ایک دن میں تین چار دفعہ گائے کے دودھ سے خارش کے مقامات دھوئے تو دو تین دن کے اندر اچھا ہوجاتا ہے +

ہر قسم کے زہر کے لئے تریاق ہے۔ خصوصاً افیون۔ بھنگ۔ چرس اور سنکھیا کے لئے ازبس مفید ہے۔ اگر افیم یا بھنگ۔ چرس کی تھوڑی مقدار کھائی جائے تو دو تین دفعہ آدھ آدھ سیر تک دودھ پینے سے نشہ دور ہوجاتا ہے۔ اگر ہلاکت کی مقدار یا اس بھی زیادہ زہر کھائی جاچکی ہے۔ تو خام دودھ میں دوگنا یا سہ گنا وزن پانی ملاکر بہت زیادہ وزن پئیں۔ تاکہ قے شروع ہوجائے وہی پانی ملا دودھ متواتر پی پی کے قے کئے جائیں۔ تو سارا زہریلہ مادہ جسم سے خارج ہوجائے گا +

جریان و احتلام کا مریض اور جسکی منی بہت ہی پتلی ہوگئی ہو۔ تو وہ کئی دن تک سیر بھر دودھ میں چھٹانک بھر چاول اور تین چھوہارا۔ چار اخروٹوں کے مغز اور دس ماشہ موصلی سفید پکا کر دیسی کھانڈ ملا کر ٹھنڈا کر کے صبح کیوقت کھا لیا کرے۔ تو سب نقص دور ہوجا ئینگے۔ منی بہت کثرت سے گاڑھی پیدا ہوگی۔ سیر بھر دودھ نہ کھا سکو۔ تو اول اسکو آگ پر جلا کر آدھا کر لو۔ اور چاول بھی آدھی چھٹانک ڈال کر پکا کر کھائیے +

المضار۔ بکثرت پینے سے (یعنی کئی ماہ تک لگاتار صرف دودھ پر ہی گذارہ کریں۔ تو سنگ گردہ و مثانہ و برص وبہق میں مبتلا ہونیکا ڈر ہی جوئیں بکثرت پیدا ہوتی ہیں جنکو گاہے گاہے درد گردہ کا عارضہ ہوا کرتا ہے۔ ان کو بھی گائے کا دودھ نہ پینا چاہیئے۔ بوڑھے بلغمی مزاج کیلئے گائے کا خام اور ٹھنڈا دودھ

بہت ہی مضر صحت ہے +

گائے کی خوراک اور دودھ بڑھانیکی چیزیں۔ گائے اگر تین سال عمر کی ہو جائے۔ اور اس میں مستی عود نہ کرے۔ تو اسکو نبلی ہو تو ہر روز جوار جسکو پنجاب میں چرھی[1] کہتے ہیں اس کا چارہ سبز یا خشک کھلائیں۔ نیز ہر روز کم از کم سیر بھر نخود کا دلیہ اور سیر بھر بنولے کھلایا کریں۔ اور ہر روز رات کیوقت پاؤ یا ڈیڑھ پاؤ گڑ و قند سیاہ میں چھ ماشہ کے قریب زیری سیاہ ملا کر کھلایا کریں۔ جسم فربہ ہونے پر فوراً ہی اُسے مستی کی گرمی جوش میں لائیگی۔ اور نر کی خواہش کریگی +

اگر اس عمر کی یا اس سے زیادہ عمر کی گائے بہت موٹی ہو جائے تو بھی اسکو حمل قرار نہیں پاتا۔ وہ سانڈ سے ہمیشہ نئی تو ہوتی رہتی ہے۔ مگر حمل اُس کا قائم نہیں رہتا۔ ایسی گائے کو اناجی اور بنولہ وغیرہ کی فربہ کرنیوالی کوئی خوراک نہ دیں اور یہی کوشش کریں۔ کہ اس کا فربہ پن کم ہو۔ جب کچھ جسم کی فربہی کمی پر آئے تو دو چار دن اُسکو رات کیوقت آم کا قدرے اچار باسی روٹی میں لپیٹ کر کھلایا کریں تو اسکو مستی کا غلبہ پیدا ہوگا۔ تین چار دن اسکو اچھی طرح جوش میں آنے دیں پھر کسی جوان عمر سانڈ سے ملائیں۔ جس وقت مل چکے۔ تو اُسی وقت اسکو مہندی باریک شدہ (حنا) بقدر تین تولہ آدھ سیر پانی میں گھول کر پلائیں۔ فوراً حمل قیام پذیر ہوگا۔ حمل کے ایام میں اسکو غلہ کم کر دیں۔ مگر گھاس چارہ کافی دیں بعد وضع حمل کے دس دن تک مندرجہ ذیل غذائی نسخوں سے ایک جونسا جی چاہے۔ دس گیارہ دن تک کھلایا کریں +

(۱) چونکہ بچہ چھوٹا ہوتا ہے۔ اور وہ بہت ہی کم والدہ کا دودھ پیتا ہے،

---

[1] چرھی کی تاثیر گرم خشک۔ درجہ دوم میں ہے۔ جب تک ثمر یعنی سٹہ نہ نکلے۔ اس وقت تک اگر پانی کی قلت سے زرد رنگ ہو کر مرجھا جائے۔ تو گائے بھینس کے از حد خطرناک ہے۔ کیونکہ اسکو ایسا قحط زدہ چارہ کھاتے ہی موت کا مزہ چکھنا پڑتا ہے +

پس جس قدر دودھ بچہ پی چکے. باقی نکال کر اس میں پاؤ بھر کے قریب دیسی کھانڈ یا اگر دودھ تین سیر سے زیادہ ہو تو آدھ سیر تک کھانڈ ملا کر پلائیں. ساتھ ہی دو تولہ کے قریب تخم گاجر ملا لیا کریں +

(۲) سیر بھر آٹا گندم کی تین چار روٹیاں پکائیں. ان میں ڈیڑھ پاؤ گھی اور آدھ سیر کے قریب دیسی کھانڈ ملائیں. اور چار ماشہ سہاگہ بریان مخلوط کر کے رات کے وقت کھلائیں +

(۳) آرد ماش تین پاؤ. قند سیاہ آدھ سیر. گھی ڈیڑھ پاؤ. ہر سہ کا حلوا بنا کر خاکسی (خوب کلاں) دو تولہ ڈال کر رات کو کھلایا کریں +

ایک ماہ کے بعد اگر خیال آئے. کہ اس کا دودھ بہ نسبت جسمانی طاقت عمر اور خوراک کے کم ہے. تو اسکو موسم سرما میں علاوہ السی یا تلی کی کھلی کے (جن کا وزن روزانہ ڈیڑھ سیر سے کم نہ ہو) سیر بھر چنے کا چوکر. سیر بھر بنولہ. آدھ سیر کے قریب مکی کا چوکر ساتھ سانی کے ضرور کھلایا کریں. چند یوم میں دودھ بڑھ جائیگا علاوہ ازیں مکی کے تازہ خوشے بقدر تین سیر یا خوید (گندم کا سبز چارہ) کم از کم پندرہ سیر ضرور کھلائیں +

موسم سرما میں سرسوں یا تارہ میرا (تخم جرجیر) کی کھلی اور بنولہ حسب مقدار مندرجہ بالا اناج کی جگہ. جو کا دلیہ بقدر ڈیڑھ سیر کئی گھنٹے تک کھلے میں بھگو کر کھلایا کریں. جاڑے کے ایام میں جوار یعنی چری کی بھوسی اور موسم گرما میں مکی یا گیہوں کی بھوسی بہتر ہے +

اگر گائے کا دودھ مقوی باہ اور خوشبو دار بنانا چاہیں تو یہ نسخہ نہایت مفید و زود اثر ہے. تخم میتھی. ناگر موتھا. زیرہ سیاہ. ہر ایک تولہ تولہ. دار چینی بالچھڑ ہر ایک دو تولہ. خولنجان کچور ہر ایک ۹ ماشہ. ہینگ دو ماشہ سب کو باریک

کرکے یا تو کسی چوکر میں ڈال کر کھلائیں۔ یا قدرے آرد گندم ملا کر ایک پیڑا بنا کر رات کو کھلا دیا کریں۔

رنگت کی تاثیر۔ سفید گائے کا دودھ سودا کو دفع کرتا ہے۔ سیاہ رنگت کی گائے کا صفراوی طبیعت کو از حد مفید ہے۔ سرخ گائے کا دودھ جسم انسان سے بلغم کو دفع کرتا ہے۔ اور زرد رنگ کی گائے کا دودھ سوداوی صفراوی بلغمی اور دموی ہر مزاج کے عین موافق ہے +

گائے کو بچہ دئے ہوئے چالیس دن ہو جائیں۔ تو اُس کا دودھ پینا شروع کریں۔ اور جب دو بارہ پانچ ماہ کا حمل ہو جائے۔ تو دودھ پینا بند کردیں بلکہ اسکے بچے کو بھی چھ ماہ حاملہ گائے کا دودھ نہ پلانا چاہیئے +

بھینس کا دُودھ

اس کا دُودھ دسنت (چکنائی) اور حبنیت (پنیر) میں گائے کے دُودھ سے قوی تر ہے۔ گو دیر ہضم اور ثقیل تر ہے۔ مگر فربہ بنانے میں اور دلاور بنانے میں بے نظیر ہے۔ طبیعت اس دودھ کی دوسرے درجہ میں گرم تر ہے +

یہ جانور خصوصاً اس کا نر جاموس جسکو پنجابی میں منڈھا اور ہندی میں بھینسا کہتے ہیں بہت شاہ زور دلاور اور بیخوف ہوتا ہے خشکی میں شیر نر تک مقابلہ کرتا ہے اور تری میں (دریاؤں میں) ہنگ (مگرمچھ) کو تلاش کرکے مارتا ہے +

اس جانور کی مادہ غیرت سے یہ عجیب شرافت ہے کہ اپنی ماں سے جفتی نہیں کرتا حالانکہ گدھے۔ گھوڑے۔ بیل وغیرہ سب اپنی ماں سے ہم جفت ہوتے ہیں۔ اس لئے جو شخص اُس کا دودھ پیتا ہے وہ طاقتور نڈر اور غیرتمند ضرور ہوتا ہے۔ اگر بھینس یا بھینسا شریر وخود سر ہو جائے۔ تو انجیر کے درخت سے

پس جب قدر دودھ بچہ پی چکے۔ باقی نکال کر اس میں پاؤ بھر کے قریب دیسی کھانڈ یا اگر دودھ تین سیر سے زیادہ ہو تو آدھ سیر تک کھانڈ ملا کر پلائیں۔ ساتھ ہی دو تولہ کے قریب تخم گاجر ملا لیا کریں +

(۲) سیر بھر آٹا گندم کی تین چار روٹیاں پکائیں۔ ان میں ڈیڑھ پاؤ گھی اور آدھ سیر کے قریب دیسی کھانڈ ملائیں۔ اور چار ماشہ سہاگہ بریان مخلوط کر کے رات کے وقت کھلائیں +

(۳) آرد ماش تین پاؤ۔ قند سیاہ آدھ سیر۔ گھی ڈیڑھ پاؤ۔ ہر سہ کا حلوا بنا کر خاکسی (خوب کلاں) دو تولہ ڈال کر رات کو کھلایا کریں +

ایک ماہ کے بعد اگر خیال آئے۔ کہ اس کا دودھ بہ نسبت جسمانی طاقت عمر اور خوراک کے کم ہے۔ تو اسکو موسم سرما میں علاوہ السی یا تلی کی کھلی کے (جن کا وزن روزانہ ڈیڑھ سیر سے کم نہ ہو) سیر بھر چنے کا چوکر۔ سیر بھر بنولہ۔ آدھ سیر کے قریب مکی کا چوکر ساتھ سانی کے ضرور کھلایا کریں۔ چند یوم میں دودھ بڑھ جائیگا علاوہ ازیں مکی کے تازہ خوشے بقدر تین سیر یا خوید (گندم کا سبز چارہ) کم از کم پندرہ سیر ضرور کھلائیں +

موسم سرما میں سرسوں یا تارہ میرا (تخم جرجیر) کی کھلی اور بنولہ حسب مقدار مندرجہ بالا اناج کی جگہ جو کا دلیہ بقدر ڈیڑھ سیر کئی گھنٹے تک کھلے میں بھگو کر کھلایا کریں۔ جاڑے کے ایام میں جوار یعنی چری کی بھوسی اور موسم گرما میں مکی یا گیہوں کی بھوسی بہتر ہے +

اگر گائے کا دودھ مقوی باہ اور خوشبودار بنانا چاہیں۔ تو یہ نسخہ نہایت مفید و زود اثر ہے۔ تخم میتھی۔ ناگر موتھا۔ زیرہ سیاہ۔ ہر ایک تولہ تولہ۔ دار چینی بالچھڑ ہر ایک دو تولہ۔ خولنجان کچور ہر ایک ۹ ماشہ۔ ہینگ دو ماشہ سب کو باریک

کرکے یا تو کسی چوکر میں ڈال کر کھلائیں۔ یا قدرے آرد گندم ملا کر ایک پیڑا بنا کر رات کو کھلا دیا کریں۔

رنگت کی تاثیر۔ سفید گائے کا دودھ سودا کو دفع کرتا ہے۔ سیاہ رنگت کی گائے کا صفراوی طبیعت کو ازحد مفید ہے۔ سرخ گائے کا دودھ جسم انسان سے بلغم کو دفع کرتا ہے۔ اور زرد رنگ کی گائے کا دودھ سوداوی صفراوی۔ بلغمی اور دموی ہر مزاج کے عین موافق ہے +

گائے کو بچہ دئے ہوئے چالیس دن ہو جائیں۔ تو اُس کا دودھ پینا شروع کریں۔ اور جب دوبارہ پانچ ماہ کا حمل ہو جائے۔ تو دودھ پینا بند کر دیں بلکہ اسکے بچے کو بھی چھ ماہ حاملہ گائے کا دودھ نہ پلانا چاہیئے +

(۳) بھینس کا دُودھ

اس کا دُودھ دسومت (چکنائی) اور جنبیت (پنیر) میں گائے کے دُودھ سے قوی تر ہے۔ گو دیر ہضم اور ثقیل تر ہے۔ مگر فربہ بنانے میں اور دلاور بنانے میں بے نظیر ہے۔ طبیعت اس دودھ کی دوسرے درجہ میں گرم تر ہے +

یہ جانور خصوصاً اس کا نر جاموس جسکو پنجابی میں سنڈھا اور ہندی میں بھینسا کہتے ہیں بہت شاہ زور دلاور اور بیخوف ہوتا ہے خشکی میں شیر نر تک مقابلہ کرتا ہے اور تری میں (دریاؤں میں) نہنگ (مگرمچھ) کو تلاش کرکے مارتا ہے +

اس جانور کی مادہ غریت سے یہ عجیب شرافت ہے کہ اپنی ماں سے جفتی نہیں کرتا حالانکہ گدھے۔ گھوڑے۔ بیل وغیرہ سب اپنی ماں سے ہم جفت ہوتے ہیں۔ اس لئے جو شخص اُس کا دودھ پیتا ہے وہ طاقتور رنڈر اور غیر تمند ضرور ہوتا ہے اگر بھینس یا بھینسا شریر و خود سر ہو جائے۔ تو انجیر کے درخت سے

باندھا کریں۔ چند یوم میں نہایت مسکین اور فرمانبردار ہو جائیگا +

عجائب المخلوقات میں لکہا ہے۔ کہ اسکو نیند ہرگز نہیں آتی۔ کیونکہ اسکے
دماغ میں ایک کیڑا ہوا کرتا ہے۔ جوکہ ہر وقت متحرک رہتا ہے۔ اور اسکو سونے
نہیں دیتا مشکل سے کئی کئی دن بعد کسی وقت اسکی آنکھ بند ہوتی ہے۔ ورنہ
ہمیشہ آنکھیں کھلی رکھتا ہے۔ اسکے دماغ کا کیڑا اگر کسی شخص کے بستر یا کسی
پہنے ہوئے کپڑے سے باندھیں تو اسکو ہرگز نیند نہیں آتی +

اسکے سُم کی راکھ زخموں کو پُر کرتی ہے۔ اور درد مفاصل وعرق النسا
والا بقدر دو ماشہ گھول کر پانی نیم گرم میں پئے تو اُسے شفا ہوتی ہے +

دودھ اس کا قوی الجثہ انسان کو بہت مفید ہے۔ پیر فرتوت اور ضعیف
انسان اور چھوٹے بچوں کو ہضم کرنا مشکل ہوتا ہے۔ اگر کمزور طبائع یا کم عمر بچوں
کو پلانا ہو۔ تو کسی گاڑھے کپڑے سے آٹھ دس دفعہ چھان کر پلائیں۔ تاکہ اسکی
چکنائی کم ہو جائے۔ دیگر اوصاف اس دودھ کے گائے کے دودھ کی طرح
ہیں اگر بھینس کا دودھ بقدر ڈیڑھ پاؤ جوشائیں۔ اور اس میں کنگھی کی لکڑی کا
سفوف بقدر آٹھ ماشہ ڈالیں۔ اور چند گھنٹہ رکھیں تو وہی (جغرات) بن جائیگا۔
اس میں تین تولہ مصری ملاکر بواسیر والے کو کھلائیں۔ تو اسکی درد و تکلیف دور
ہوگی۔ خون آتا ہو تو بند ہو جائے گا +

خوراک اور دودھ بڑھانیکی چیزیں۔ قریب قریب بھینس کی خوراک
بھی گائے کی طرح کی ہے۔ مگر یہ گائے سے دُگنا کھاتی ہے نیز اناج اور بنولہ وغیرہ
مقوی چیزیں اس سے کئی حصے بڑھ کر ہضم کر سکتی ہے۔ گائے کو صرف موسم گرما
میں ہفتہ عشرہ بعد کسی دن غسل دینا چاہیئے مگر اسکو ہر روز بلکہ گرمیوں میں کئی
دفعہ ایک دو گھنٹہ تک گہرے پانی میں بٹھانا لازم ہے۔ ورنہ گرمی اور خارش سے

بھینس بیمار ہوتی ہے +

بھینس کا دودھ کم ہو۔ توجس دن بچہ ہووے۔ اُس دن سے بارہ چودہ دن تک حسب ذیل خوراک کھلائیں +

(۱) گائے کی طرح اسی کا دودھ اور کھانڈ کھلانا بھی دودھ زیادہ کرتا ہے۔

(۲) مسور (غلّہ) بقدر سیر یا سوا سیر چھ سات سیر پانی میں پکائیں۔ جب خوب گل جائیں۔ تو تین پاؤ کے قریب قند سیاہ ملاکر ٹھنڈے کرکے ہر روز رات کو کھلایا کریں۔ دو گھنٹہ کے اندر دودھ دگنا بلکہ تگنا دودھ بڑھ جائیگا +

(۳) یہ چیز ہر حالت اور ہر موسم میں بھینس کا دودھ بافراط پیدا کرتی ہے یعنی چنے من بھر لیکر بھڑبھونجہ (دانے بھوننے والا) سے بھنوائیں۔ مگر کنکر اسی میں سے بالو یعنی ریت نکلوا دیں۔ بعد ازاں ان چنوں کا آٹا پسوائیں اور ہر روز دوپہر کے وقت سیر بھر گڑ کا شربت بناکر ڈیڑھ سیر کے قریب وہی چنے بریاں کا آرد گھلایا کریں۔ اور شام کو آٹھ سیر کے قریب گیہوں کا بھوسہ ملاکر بھینس کو کھلایا کریں۔ پندرہ بیس دن میں بہت زیادہ دودھ دیا کریگی +

(۴) دیسی باریک گنا کتر کر اس میں تل کی کھلی ملاکر کھلایا کریں تو بھی دودھ بڑھ جاتا ہے۔ (۵) گرم پانی میں نمک اور زیرہ سفید ملاکر ٹھنڈا کرکے پلانے سے دودھ زیادہ دیتی ہے۔ سُرخ بھینس کا دودھ زیادہ تر لذیذ شیریں اور مقوی باہ ہوتا ہے بہ نسبت کالی اور بھوری وخاکستری مائل رنگ والی بھینس کے +

وہی نسخہ جو کہ گائے کے دودھ کو مقوی باہ و خوشبودار بناتا ہے بھینس کے لئے بھی مفید ہے

بھینس اگر گرم نہ ہوتی ہو تو چھوہارہ کی گھٹلی نکال کر رات کے وقت تین چار کھلائیں چند یوم میں مستی کے جوش میں آویگی۔ اور نر کی رغبت چاہ سے کریگی +

حمل قرار نہ پاتا ہو تو نر سے ملانے کے بعد فی الفور چار تولہ کے قریب گائے

کا گوبر پانی میں گھول کر پلائیں۔ تو حمل ضرور قایم ہوگا +
یہ بات بھی واضع رہے۔ کہ گائے پہلے دوسرے اور تیسرے جنین تک حد تین دفعہ تک بچہ دے تو اچھا دودھ دیتی ہے۔ ازاں بعد جوں جوں بوڑھی ہوتی ہے دودھ کمی پہ آتا جاتا ہے۔ مگر بعض پہلے دو تین بار کی گابھن ہو کر جب بچہ جنتی ہے۔ تو دودھ کم ہوتا ہے۔ لیکن جیسے جیسے زیادہ عمر کی ہوتی ہے تو دودھ بڑھتا جاتا ہے +

بکری کا دودھ

جیسی غذا ہو ویسا ہی خون اور دودھ میں اثر ہوتا ہے۔ چونکہ بکری اور اونٹنی اکثر خار دار تلخ اور مصفی خون درختوں کے پتے اور نباتات آک وغیرہ کھاتی ہیں اسلیئے ہر دو کا دودھ کئی ایک امراض کے لئے اعلیٰ درجہ کا مفید ثابت ہوا ہے +
تمام شیر دار جانوروں کے دودھ سے انسان کے لئے بکری کا دودھ خون کی اصلاح کے واسطے از حد بہترین دوا ہے۔ طبیعت اسکے دودھ کی درجہ اوّل میں سرد تر ہے۔ جسم کا خون آتشک۔ سوزاک۔ سرخبادہ یا کسی زہریلی دوا کے استعمال سے بگڑ گیا ہو یا ہمیشہ خارش ہوا کرتی ہو۔ یا پھوڑے پھنسی بکثرت نکلا کرتے ہوں۔ تو بکری کے دودھ سے ماء الجبن کرانا چاہیئے +
ترکیب ماءُ الجبن۔ ایک جوان سُرخ رنگ کی بکری لائیں جسکو ایک ماہ کے قریب بچہ دیئے گذرا ہو۔ اسکو صبح شام نوکر کے ہاتھ میں دے کر صرف دو میل تک جنگل میں چکّر دلایا کریں۔ ورنہ مکان ہی پر باندھکر غذا کھلائیں۔ اور چارہ پتی سب کچھ حسب ذیل استعمال کرائیں +
خوراک۔ جَو کا دلیہ آدھ سیر۔ یا بکری اگر جسیم ہو تو دس بارہ چھٹانک، چنے کا

خام سفوف پاؤ بھر بھگوئیں۔ دوپہر کے وقت بھگونا چاہیئے ساتھ ہی حسب ذیل ادویہ جوکوب کرکے ڈالیں۔ اور شام کو کھلائیں۔ چوب چینی تولہ۔ سولف۔ بنفشہ گاؤزبان شاہترہ۔ ہلیلہ سیاہ۔ چرائتہ۔ عناب۔ ہر ایک سات ماشہ۔ منڈی بوٹی دو تولہ۔ یہ سب ایک خوراک ہے ✦

چارہ۔ جو سبز اور قدرے چنا سبز۔ پالک میتھی کا ساگ۔ گاجر۔ نیم کی بکائن کی پتی ببول (کیکر) کی پتی۔ کریجوا۔ پیپل۔ تلسی۔ شاہتوت۔ آک۔ بتھوہر۔ مکو۔ شاہترہ۔ جامن۔ سرس۔ ان درختوں اور پودوں سے جو جو مل سکے۔ تھوڑی تھوڑی پتی سب کی کھلایا کریں ✦

پانی گرم میں نمک تھوڑا سا حل کرکے بعد سرد ہونیکے وہی پانی پلایا کریں ✦ ایسی بکری کا دودھ ہر روز صبح کو نکالیں۔ بکری ایسی ہو جو آٹھ پہر کے بعد یعنی صرف صبح کو دس یا بارہ چھٹانک تک دودھ دیا کرے۔ یہ دودھ فوراً نکالتے ہی آگ پر چڑھا دیں۔ جب دو تین جوش آجائیں۔ تو اس میں دو تولہ کے قریب انگوری سرکہ تند ملائیں۔ دودھ پھٹ جائیگا پس اسکو نیچے اتار کر چھان لیں۔ اور پانی میں دو تولہ کے قریب خالص دیسی کھانڈ یا شہد ملا کر پئیں۔ اور پنیر کی جسم پر مالش کریں پھر نیم گرم پانی سے غسل کریں چالیس دن تک یہی عمل کریں ان ایام میں کسی قسم کا محنت اور مشقت کا کام نہ کریں کسی قسم کا فکر و اندیشہ خیال میں نہ لائیں۔ ہر وقت خوش و خورم و بے چنت رہیں۔ پرانے یونانی اطبا نے مارالجبن والے کو ناچ و رنگ اور اچھے اچھے دل خوش کن تماشے دیکھنے کی بھی صلاح دی ہے۔ لباس پاک و صاف پہنیں۔ عطر وغیرہ لگایا کریں ✦

صبح و شام جنگل میں دو تین میل تک گشت (چہل قدمی) بالضرور کرنا چاہیئے غذا زود ہضم اور لطیف کھائیں۔ ہر قسم کے نشے اور ترشی و تیل سے پرہیز کریں ✦

چالیس دن کے عمل سے جسم کا تمام خون نہایت پاک وصاف ہو جائیگا
جسم کی بالکل نئی زندگی پلٹ جائیگی۔ ایسا اور کوئی مصفی خون نسخہ مفید نہیں ہے
عام لوگوں کو بکری کا دودھ خام نہیں پینا چاہیئے۔ کیونکہ ایک تو ریح پیدا
کرتا ہے۔ دوسرے کچّا دودھ پینے والے کے جسم سے کچھ عرصہ بعد بکری ہی کے
جسم کی بدبو آنے لگتی ہے۔ اور جوئیں بھی پڑ جاتی ہیں۔ لیکن دو چار جوش دے
کر پیئیں۔ تو یہ نقص دور ہو جاتے ہیں ÷

ورم زبان اور زخم و اورام لہات حلق اور تالو والے بیچارہ اگر بکری کے گرم
دودھ میں خیار شنبر (املتاس) کا گودا ملا کر غرارے کریں۔ تو جلدی شفا ہوتی ہے

بے خوابی اور سوداوی امراض میں اسکے دودھ سے کپڑا ترکر کے سر پر
رکھنا مفید ہے۔ کان میں درد ہو۔ تو سرکہ ہموزن دودھ کے ملا کر چند قطرے ٹپکانے
سے درد کو تسکین حاصل ہوتی ہے ÷

خون کی تھوک آتی ہو۔ یا خشک کھانسی ہو۔ تو آدھ سیر دودھ میں سات
ماشہ وزن کتیرا چھ ماشہ بادام کا گوند اور تین تولہ شربت زوفا ملا کر پلائیں تو صحت
ہوتی ہے ÷ اسہال اور تپدق کے مریضوں کو بھی بکری کا دودھ مفید ہے

یا سوزاک بھی صرف دو تین دفعہ ایک دن میں بکری کے دودھ میں
دو چند وزن پانی سرد اور مصری ملا کر پینے سے جاتا رہتا ہے ÷

ہتھنی کا دودھ

یہ دودھ تیسرے درجہ میں سرد تر ہے۔ سوداوی اور صفراوی مزاج
والا اگر آٹھ دس تولہ دودھ ہر روز صبح ڈیڑھ تولہ شہد ملا کر نوش کرے۔ اور
لگاتار تین ہفتہ تک استعمال کرے تو اسکا لاغر جسم قوی اور فربہ ہوگا۔ جریان احتلام

سوزاک اور بواسیر کا مریض ہو تو شفا ہوگی جسیم بلغمی مزاج کو یہ دودھ ضرر کرتا ہے *
علاوہ ازیں دودھ میں قدرے ہینگ حل کر کے گرم گرم کان میں ڈالیں۔ تو کان کے کیڑے مر جاتے ہیں۔ چہرے کو ہتھنی کے گرم گرم دودھ سے دھوئیں۔ تو چھائیں۔ برص و کلف کے نشان دور ہو جاتے ہیں۔ ہتھنی کا جس وقت بچہ پیدا ہو۔ اُس وقت کا پیلا پیلا دودھ بقدر سیر بھر نکال کر دھوپ میں خشک کر کے رکھ لیں۔ یہ خشک دودھ شہد میں ملا کر اگر عورت حمول کرے۔ تو بوڑھی بھی باکرہ کے موافق ہوگی۔ بکری کے جگر کو آگ پر رکھ کر پانی اُس کا تولہ بھر نکالیں۔ اُس میں چھ ماشہ یہ خشک دودھ کھرل کر کے آنکھوں میں لگایا کریں۔ تو دھند۔ جالا غاخونہ خارش ہر قسم کی دور ہوتی ہے۔ دھان سبز کھلائیں۔ تو ہتھنی کا دودھ بہت بڑھ جاتا ہے *

شیر شتر مادہ یعنی اونٹنی کا دودھ

یہ دودھ سب دودھوں سے لطیف اور رقیق و زود ہضم ہے کمی حرارت و چکنائی کے سبب مائل بشوریت ہے۔ یعنی کسی قدر نمکین ہوتا ہے طبیعت درجہ اوّل میں گرم خشک ہے۔ چونکہ بکری کی طرح اونٹنی بھی طرح طرح کی خاردار اور تلخ گھاس و درختوں کی پتیاں کھاتی ہے۔ اس لئے یہ دودھ بھی کئی ایک امراض کیلئے از حد مفید ثابت ہوا ہے۔ خصوصاً مرض استسقائے زقی کے لئے نہایت اکسیر دوا ہے۔ چاہئے کہ دو ماہ کی بچہ دی ہوئی مادہ شتر کو گھر میں رکھکر حسب ذیل خوراک دیں *

پیپل اور ببول۔ اندرائن۔ کاسنی۔ فرانش۔ ارجن۔ سفیدہ۔ آک۔ ہلیلہ افسنتین۔ کشوت۔ زرشک۔ شاہترہ۔ ان سب سے جو جو وقت پر میسر مل جائے

اُسکی پتی کھلایا کریں۔ اور ہر روز رات کو سوتے وقت یہ نسخہ کھلانا چاہیئے +
صبر سقوطری۔ غاریقون۔ پھٹکری سُرخ ہر ایک دو تولہ۔ پوست ہلیلہ۔
تخم تنب۔ ریوند چینی ہر ایک تین تولہ۔ نمک ائی ۵ تولہ۔ سب کو کوٹ کر غلولہ بنا کر مُنہ
میں ڈالیں۔ اوپر سے آدھ سیر عرق نکو گرا دیں۔ تاکہ حلق سے نیچے اُتر جائے۔ ایسی
اونٹنی کا دودھ اگر کوئی شخص ہر وقت بغیر کسی دیگر غذا کے دو تین ہفتہ تک صرف دودھ
پئے تو شرطیہ اس کا مرض استسقاء دور ہو جاتا ہے حتیٰ کہ پانی بھی نہ پئے یعنی دودھ
ہی اسکی جگہ بھی کام میں لائے۔ اگر اس قدر طبیعت پر قابو نہ ہو۔ تو چار دفعہ صبح۔ دوپہر
تیسرے پہر اور چوتھے پہر کے وقت اُسی وقت کا تازہ بتازہ دودھ نکال کر پئیں۔
بکری کی طرح اونٹنی بھی جس وقت چاہیں دودھ دے سکتی ہے +

علاوہ ازیں یہ دودھ دم کشی بلغمی کھانسی خشکی جگر۔ بواسیر اور ادرار بول و
ادرار حیض والے مریضوں کو بہت مفید ہے۔ ان امراض کے مریض ہر روز صبح وشام
کو آدھ سیر کے قریب دودھ میں دیسی شکر ملا کر پئیں۔ نیز یہ دودھ چہرہ پر خوبصورتی
دانا ہے مقوی باہ اور مسمن بدن (موٹا کرنیوالا) ہے۔ بھوک بھی پیدا کرتا ہے۔
یعنی اور سب دودھ بھوک روکتے ہیں۔ مگر یہ گرسنگی کو قوی کرتا ہے۔ بکری کے
دودھ کی طرح اس کا بھی ماء الجبن مفید ہے۔ بخار کے مریض کو اور سوداوی
مزاج والوں کو یہ دودھ نقصان دیتا ہے۔ چونکہ اونٹنی کا دودھ ہر ایک کا
بکثرت ہوتا ہے اس لئے اس کا دودھ زیادہ کرنے کا نسخہ لکھنا فضول ہے +

گدھی کا دُودھ

یہ دُودھ کئی ایک بیماریوں میں ازحد مفید ہے خصوصاً تپدق اور سل والے
کے لئے بمنزلہ آب حیات ہے۔ طبیعت اسکی تیسرے درجہ میں سرد اور تر ہے۔ مادینہ

بچہ والی جوان العمر تندرست اور قوی جسم گدھی کا بوقت صبح پاؤ بھر دودھ تازہ نکال کر
اس میں شربت بنفشہ خانہ ساز دو تولہ ملا کر دق اور سل والے کو پلائیں۔ یہی وزن
شام کے وقت پلائیں +

نسخہ شربت بنفشہ۔ عرق گاؤزبان تین بوتل میں ڈیڑھ پاؤ بنفشہ اعلیٰ بھگوئیں
اور چھ سات گھنٹہ کے بعد آگ پر رکھ کر جوش دیں۔ جب دو تین اُبال آجائیں۔ تو
باریک کپڑے سے چھان کر لعاب نکال لیں۔ اس میں ڈیڑھ سیر مصری ملا کر دو بوتل
شربت بنا لیں۔ اگر دودھ گدھی کا بہت زیادہ ایک دن میں مل جائے تو مفصلہ
ذیل نسخہ عرق شیر کا تیار کر کے استعمال کرائیں +

نسخہ یہ ہے۔ بنفشہ ۳۰ تولہ۔ گاؤزبان ۴۰ تولہ۔ بیخ کاسنی ۲۰ تولہ۔ برادہ صندل
سفید ۲۰ تولہ۔ بالسنہ کی سبز پتی ۱۰ تولہ۔ گل نیلوفر ۳۰ تولہ۔ خوب کلاں ۲۰ تولہ۔
جریتہ ۲۰ تولہ۔ سب کو جو کوب کر کے عرق مکو۔ عرق کاسنی۔ کدو کا پانی ہر ایک تین سیر
پالک کا پانی دو سیر۔ دودھ گدھی کا تین سیر۔ دیگ میں ڈالیں۔ دو تین گھنٹہ دھیمی
آنچ جلائیں۔ تاکہ سب ادویہ گل جائیں۔ پھر نالی لگا کر عرق نکالیں۔ دیگ کی تہ میں
ایک دو پتھر ورتی پانچ چھ سیر ڈال لینا چاہیئے۔ تاکہ اُبال آکر عرق پھوٹ نہ نکلے
نال کے منہ پر ایک پوٹلی میں کافور ایک تولہ باندھ کر لٹکائیں۔ یہ عرق تین دفعہ
ایک دن میں مدقوق و مسلول کو پانچ چھ تولہ ایک دفعہ پلائیں +

ہر قسم کی ترشی تیل کی اشیاء اور منشیات سے پرہیز کرائیں +

دیگر امراض کے لئے گدھی کا دودھ۔ سعوط اور قطور اس کا ناک میں اور
کان میں اور تالو میں واسطے ترتیب دماغ کے اور امراض گرم و خشک دماغی کے
اور نکسیر و درد کان اور سوزش چشم اور دمعہ و سلاق اور طرفہ کے ہمراہ سفیدی بیضہ
مرغ مفید ہے۔ نیز ضماد بھی مندرجہ صدر امراض میں شافی ہے۔ چاہیئے کہ ٹکڑا

اسکی پتی کھلایا کریں۔ اور ہر روز رات کو سوتے وقت یہ نسخہ کھلانا چاہیئے +
صبر سقوطری۔ غاریقون۔ پھٹکری سُرخ ہر ایک دو تولہ۔ پوست ہلیلہ۔
تخم تنب۔ ریوند چینی ہر ایک تین تولہ۔ نمک انی ۵ تولہ۔ سب کو کوٹ کر غلولہ بنا کر مُنہ
میں ڈالیں۔ اوپر سے آدھ سیر عرق ملکو گرادیں۔ تاکہ حلق سے نیچے اُتر جائے۔ ایسی
اونٹنی کا دودھ اگر کوئی شخص ہر وقت بغیر کسی دیگر غذا کے دو تین ہفتہ تک صرف دودھ
پئے تو شرطیہ اس کا مرض استسقاء دور ہو جاتا ہے حتیٰ کہ پانی بھی نہ پئے یعنی دودھ
ہی اسکی جگہ بھی کام میں لائے۔ اگر اس قدر طبیعت پر قابو نہ ہو۔ تو چار دفعہ صبح۔ دوپہر
تیسرے پہر اور چوتھے پہر کے وقت اُسی وقت کا تازہ بتازہ دودھ نکال کر پئیں۔
بکری کی طرح اونٹنی بھی جس وقت چاہیں دودھ دے سکتی ہے +

علاوہ ازیں یہ دودھ دم کشی بلغمی کھانسی خشکی جگر۔ بواسیر اور ادرار بول و
ادرار حیض والے مریضوں کو بہت مفید ہے۔ ان امراض کے مریض ہر روز صبح وشام
کو آدھ سیر کے قریب دودھ میں دیسی شکر ملا کر پئیں۔ نیز یہ دودھ چہرہ پر خوبصورتی
دانا ہے مقوی باہ اور مسمن بدن (موٹا کرنے والا) ہے۔ بھوک بھی پیدا کرتا ہے۔
یعنی اور سب دودھ بھوک روکتے ہیں۔ مگر یہ گرسنگی کو قوی کرتا ہے۔ بکری کے
دودھ کی طرح اس کا بھی ماءالجبن مفید ہے۔ بخار کے مریض کو اور سوداوی
مزاج والوں کو یہ دودھ نقصان دیتا ہے۔ چونکہ اونٹنی کا دودھ ہر ایک کا
بکثرت ہوتا ہے اس لئے اس کا دودھ زیادہ کرنے کا نسخہ لکھنا فضول ہے +

گدھی کا دُودھ

یہ دُودھ کئی ایک بیماریوں میں ازحد مفید ہے خصوصاً تپدق اور سِل والے
کے لئے بمنزلہ آب حیات ہے۔ طبیعت اسکی تیسرے درجہ میں سرد اور تر ہے۔ مادہ

بچہ والی جوان العمر تندرست اور قوی جسم گدھی کا بوقت صبح پاؤ بھر دودھ تازہ نکال کر اس میں شربت بنفشہ خانہ ساز دو تولہ ملا کر دق اور سل والے کو پلائیں۔ یہی وزن شام کے وقت پلائیں +

نسخہ شربت بنفشہ۔ عرق گاؤزبان تین بوتل میں ڈیڑھ پاؤ بنفشہ اعلیٰ بھگوئیں اور چھ سات گھنٹہ کے بعد آگ پر رکھ کر جوش دیں۔ جب دو تین ابال آجائیں۔ تو باریک کپڑے سے چھان کر لعاب نکال لیں۔ اس میں ڈیڑھ سیر مصری ملا کر دو بوتل شربت بنالیں۔ اگر دودھ گدھی کا بہت زیادہ ایک دن میں مل جائے تو مفصلہ ذیل نسخہ عرق شیر کا تیار کر کے استعمال کرائیں +

نسخہ یہ ہے۔ بنفشہ ۳ تولہ۔ گاؤزبان ۴ تولہ۔ بیخ کاسنی ۲ تولہ۔ برادہ صندل سفید ۲ تولہ۔ بالسنہ کی سبز پتی ۴ تولہ۔ گل نیلوفر ۳ تولہ۔ خوب کلاں ۲ تولہ۔ حریرہ ۲ تولہ۔ سب کو جو کوب کر کے عرق مکو۔ عرق کاسنی۔ کدو کا پانی ہر ایک تین سیر پالک کا پانی دو سیر۔ دودھ گدھی کا تین سیر۔ دیگ میں ڈالیں۔ دو تین گھنٹہ دھیمی آنچ جلائیں۔ تاکہ سب ادویہ گل جائیں۔ پھر نالی لگا کر عرق نکالیں۔ دیگ کی تہ میں ایک دو پتھر دریائی پانچ چھ سیر ڈال لینا چاہیئے۔ تاکہ ابال آکر عرق پھوٹ نہ نکلے نال کے منہ پر ایک پوٹلی میں کافور ایک تولہ باندھ کر لٹکائیں۔ یہ عرق تین دفعہ ایک دن میں مدقوق و مسلول کو پانچ چھ تولہ ایک دفعہ پلائیں +

ہر قسم کی ترشی تیل کی اشیاء اور منشیات سے پرہیز کرائیں +

دیگر امراض کے لئے گدھی کا دودھ۔ سعوط اور قطور اس کا ناک میں اور کان میں اور تالو میں واسطے ترتیب دماغ کے اور امراض گرم و خشک دماغی کے اور نکسیر و درد کان اور سوزش چشم اور دمہ و سلاق اور طرفہ کے ہمراہ سفیدی بیضہ مرغ مفید ہے۔ نیز ضماد بھی مندرجہ صدر امراض میں شافی ہے۔ چاہیئے کہ ٹکڑا

پاکیزہ دودھ میں بھگو کر سر پر رکھیں۔ جب گرم ہو جائے یا سوکھ جائے۔ تو بدل دیا کریں
غرغرہ اس کا مضمضہ (کلی کرنا) واسطے خوانیق اور ذبحہ و اورام لثہ اور لہات و لوزتین
کے بہتر ہے مضمضہ سے مسوڑھوں کو پختگی حاصل ہوتی ہے۔ اور دانتوں کا درد دُور
ہوتا ہے۔ کھربا کے ساتھ استعمال کریں۔ تو فی الفور نکسیر بند ہوتی ہے حقنہ اس کا
خونی دستوں کے عارضہ میں اکسیر ہے۔ نیز واسطے زخم امعا اور رحم کے بہتر ہے
سوزاک اور حرقتہ البول کا مریض بطور پچکاری کے کام میں لاوے تو آرام پاوے +
ہر قسم کے ورموں کو زعفران کے ساتھ کھرل کر کے ضماد کرنے سے تحلیل کرتا ہے
دم الاخوین۔ گل ارمنی۔ اور مغز کدو بموزن ملا کر بطور قطور کے یا احلیل میں بتی بنا
کر کام میں لائیں۔ تو حبس بول کو جاری کرتا ہے۔ سنکھیا بیش۔ ہڑتال طبقی۔ میٹھا
نیلیا۔ کچلہ۔ چرس۔ ان سے جس کسی کو کوئی زہر دیا گیا ہو۔ دودھ گدھی میں دوگنا
وزن پانی ملا کر پے در پے بکثرت پلائیں۔ تو بذریعہ قے اس کا تمام زہریلا مادہ
خارج ہو جاتا ہے مضر ہے مبروین و مرطوبین کو اور ورد سر بارد کو اور دوار و
طنین کو خصوصاً دودھ پیتے ہی سو جائیں۔ تو زکام و نزلہ۔ فواق (ہچکی) کا عارضہ
لاحق ہوتا ہے۔ مصلح اس کا گلقند ہے۔ نخود سبز (بوٹ) اور جو سبز اور دھان
سبز اور السی کی کھلی کھلانے سے گدھی کا دودھ بڑھ جاتا ہے +
گدھی کو چاول کے آٹا اور گھی کا حلوا کھلایا کریں۔ تو اس کا دودھ بھی
بڑھ جاتا ہے۔ اور مقوی و مسمن بدن ہوتا ہے +

گھوڑی کا دُودھ

درجہ اول میں گرم تر ہے۔ نزاوت کے سبب گھوڑی کے بچے دودھ پی کر
دھوپ میں پڑے رہتے ہیں۔ اور موسم گرما کی دھوپ بھی تیز ہوتی ہے۔ اس پر

لوگ خیال کرتے ہیں۔ کہ گھوڑی کا دودھ بہت سرد طبیعت رکھتا ہے لیکن دراصل جو چیز تر ہو خواہ وہ گرم بھی ہو تو بھی اسکے استعمال سے پیاس یا دھوپ نہیں لگتی اور جو چیز خشک ہے۔ وہ کتنی بھی سرد کیوں نہ ہو اُس سے ضرور پیاس بھڑکتی ہے مثلاً برف قدرتی بھی اور مصنوعی بھی سرد خشک درجہ سوم میں ہے اس واسطے گرمیوں میں برف پیتے ہیں۔ تو کچھ دیر کے بعد پہلے سے بھی زیادہ پیاس آستاتی ہے اس وجہ سے عام بے علم لوگ کہتے ہیں۔ کہ دراصل برف کی گرمی ہے۔ لیکن وہ بیچارے بے سمجھ ہیں اگر خام دودھ میں برف ملا کر پیئیں۔ تو پیاس انکو نہیں لگیگی۔ یونہی بادام روغن گرم تر ہے۔ مگر گرم پانی میں یا دودھ میں تولہ یا ڈیڑھ تولہ ملا کر پیئیں۔ تو سخت گرمی کے موسم میں بھی پیاس فوراً دُور ہو جائیگی۔ وجہ فقط اُس میں تری کا مادہ ہے اور برف میں خشکی کا۔ گھوڑی کے دودھ سے قوت باہ پیدا ہوتا ہے۔ جریان واحتلام اور ہر قسم کی سُستی دور ہوتی ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ طبیعت کو نرم کرتا ہے۔ حیض اور پیشاب جاری کرتا ہے +

دق اور سل کے لئے اور تھوک میں خون آتا ہو تو بھی مفید ہے +

قرحہ یعنی پرانے سوزاک کا مریض دودھ میں ہم وزن پانی ڈال کر شربت صندل بقدر حاجت ملا کر (جس سے میٹھا ہو جائے) صبح و شام تین ہفتہ پیئے تو مکمل تندرست ہو جائے۔ حقنہ گرم گرم اس کا منقی قرحہ رحم ہے۔ اور حمول اس کا ساتھ برادہ ہاتھی دانت کے بعد طہر کے معین حمل بانجھ عورات کا ہے +

چیچک کے ایام میں (جب وبا پھیلی ہوئی ہو) تو جن بچوں یا لڑکوں یا جوانوں کو چیچک نہ نکلی ہو اور نکلنے کا خدشہ ہو تو ان کو دو ہفتہ تک گھوڑی کا دودھ پلائیں تو مطلقاً وبا کا خدشہ نہ رہیگا۔ گھوڑی کے گرم گرم دودھ سے منہ دھوئیں تو چہرہ خوبصورت سُرخی مائل اور مجلی نکل آتا ہے۔ خوراک سال بھر کے بچے ایک دفعہ صبح

اور ایک دفعہ شام کو تولہ تولہ پلائیں۔ دو سال سے پانچ سال عمر کو دو تولہ سے تین تولہ تک ایک وقت چھ سے بارہ سال عمر کے لئے چار سے سات تولہ مقرر کریں +

بالغ لڑکوں کو دس سے بارہ تولہ تک جوانوں کو پندرہ بیس تولہ ایک وقت پینا چاہیئے۔ شیر دار گھوڑی کو لوبن گھاس۔ سوانک۔ خوید سبز۔ مکئی مع خوشہ کھلائیں۔ تو دودھ بہت دیتی ہے۔ چرمی۔ خشک گھاس۔ ہر قسم کی دودھ کو کم کرتی ہے۔ بھینس کے دودھ میں چنے بھگو کر کھلانے سے دودھ بڑھتا ہے +

ہرنی کا دُودھ

یہ دودھ نہایت لطیف پھرتی دینے والا اور جسم کو سڈول و ٹھوس بناتا ہے۔ طبیعت اس کی دوسرے درجہ میں گرم تر ہے +

اگر کسی شیر خوار بچہ کو شروع سے لیکر تین سال یا پانچ سال کی عمر تک ہرنی کا دودھ پلائیں۔ تو نہایت ہی تیز دوڑنیوالا ہوگا۔ حتیٰ کہ ہرن اور گھوڑوں کو بھاگ کر پکڑنے کی طاقت رکھیگا۔ علاوہ ازیں ہرنی کا دودھ ضعف دماغ۔ نسیان مالیخولیا۔ بیخوابی کے لئے نہایت مفید ہے۔ باہ کی قوت اور امساک بہت زیادہ پیدا کرتا ہے۔ مسوڑھے گوشت خورہ کے سبب گل گئے ہوں۔ اور تمام دانت ہلتے ہوں۔ خون نکلتا ہو۔ تو چار پانچ روز تک ہرنی کے دودھ سے مضمضہ کریں تو شفا حاصل ہوتی ہے۔ اگر ہرنی کا دودھ دس تولہ میں جند بید ستر چھ ماشہ تیل مغز تخم آڑو دو تولہ پکا کر گاڑھا سا لعاب بنائیں۔ اور بہرہ پن کے مریض کے دو دو قطرہ ایک دن میں تین دفعہ اسکے کان میں ڈالیں۔ تو اس کا عارضہ کری گوش شرطیہ دور ہوتا ہے۔ خوراک اس دودھ کی گھوڑی کے دودھ کے برابر ہے۔ تربوز کا گودا اور ککڑی کھلانے اور خوید توزائیدہ (انگوری) سے اس کا دودھ بہت بڑھتا ہے +

شیر گوسفند یعنی بھیڑی کا دودھ

(10)

طبیعت گرم تر درجہ دوم میں ہے بھینس کے دودھ کے برابر مقوی اور مرغن اثر رکھتا ہے۔ کھانسی اور نفث الدم و پھیپھڑوں کا زخم دور کرتا ہے حلق کی یبوست کو نافع ہے۔ رخساروں کی رنگت خوبصورت بناتا ہے۔ گوند ببول ۹ ماشہ کے ہمراہ دس تولہ دودھ ملا کر پئیں۔ تو کھانسی تر طبیہ دور ہوتی ہے +

(81)

اکثر زہروں کا تریاق ہے۔ مقوی باہ اور مقوی جوہر دماغ ہے۔ جماع کر چکنے کے بعد اگر ۲۵ تولہ بھیڑی کا دودھ گرم اور ڈیڑھ تولہ بادام روغن اور ۲ تولہ شہد ملا کر پئیں تو فی الفور دوبارہ جماع کی طاقت پیدا ہو جاتی ہے اور ضرر کا فور ہو بالمضاد۔ بکثرت پینے سے جسم سے بدبو آنے لگتی ہے۔ جوئیں بکثرت پڑ جاتی ہیں۔ مرطوب مزاج کو خارش بھی شروع ہو جاتی ہے +

(82)

چھ ماشہ سنکھیا سیاہ اگر ۲ دن تک بھیڑی کے دودھ میں کھرل کریں اور اسکی ۰۰ ۲ گولیاں بنائیں۔ ایک گولی روزمرہ صبح کو حلوا دس تولہ سے کھائیں۔ تو قوت باہ از حد قوی ہو جاتی ہے۔ جَو کا دلیہ نخود بریاں کے ستو قند سیاہ میں گھلے ہوئے اور گاجریں شلغم بکثرت کھلائیں۔ تو بھیڑی کا دودھ بکثرت بڑھ جاتا ہے +

(83) (84)

شیرنی کا دودھ

(11)

چوتھے درجہ میں خشک و گرم ہے۔ اس لئے زہریلہ اثر رکھتا ہے اگر کسی کو پانچ تولہ تک پلایا جائے تو درد قولنج میں مبتلا ہو کر ایک دو دن میں مر جاتا ہے +

(85)

اسکے دودھ میں قدرے کافور۔ زعفران اور قند سیاہ کھرل کر کے بتی بنائیں اور جس کا پیشاب بند ہو۔ اسکی احلیل یا فرج میں رکھیں تو فی الفور پیشاب جاری کرتا

ہے ضعف بصر کے لئے اعلیٰ دوا ہے۔ خصوصاً دھند۔ جالا۔ یا پھلی کے سبب نور نظر میں کمی آگئی ہو۔ تو صرف دودھ کی سلائی چند یوم لگانے سے شفا ہوجاتی ہے اگر چھٹانک بھر دودھ میں تولہ بھر سرمہ کھرل کرکے خشک ہونے پر استعمال کیا کریں۔ تو بصارت تیز ہوتی ہے۔ چہرے یا جسم کے نہایت بدشکل سیاہ داغ اور دھبے گرم گرم دودھ سے دو تین بار ہی دھوئے جائیں۔ تو شرطیہ دور ہوتے ہیں +

اسکے دودھ کے خواص یہ ہے۔ اگر شیر خوار لڑکی کو ماشہ بھر روزانہ سے شروع کرا کر دو سال تک دو تولہ کا عادی بنائیں۔ وہ لڑکی جب جوان ہو تو جو شخص اس سے پہلی دفعہ جماع کریگا۔ وہ فوراً ہی ہلاگ ہوجائیگا۔ یہ بوعلی سینا کی تحقیق ہے۔

لبن الخنزیر یعنی سورنی کا دودھ

طبیعت اسکی دوسرے درجہ میں سرد تر ہے۔ دق اور سل کے عارضہ میں مفید ہے۔ تندرست آدمی پیئے تو برص یعنی کوڑھ کے داغ جسم پر پیدا ہوجاتے ہیں +

جس وقت مادہ خنزیر بچہ دے لے۔ اس وقت کا دودھ نکال کر اس میں باریک ململ کا کپڑا بھگوئیں۔ اور سایہ میں خشک کرکے محفوظ رکھ دیں۔ جب کسی کو گرمی کا درد سر ہو یا نکسیر آرہی ہو۔ تو فوراً اس ململ کا ٹکڑا عرق بید مشک میں بھگو کر جائے درد پر رکھیں۔ نکسیر والے کی پیشانی پر تر کرکے رکھ دیں ابھی وقت درد دور ہوگا۔ اور نکسیر کا خون بند ہوگا +

اسی ململ کا ٹکڑا خشک اگر وہ عورت جس کو سفید رطوبت جاتی ہو بطور حمول کے استعمال کرے۔ تو رطوبت بند ہوگی۔ نیز ضیق بھی ہوگی +

مالیخولیا کا مریض اگر ہر روز صبح و شام موسم گرما میں سورنی کے دودھ سے سر دھو کر ٹھنڈے پانی سے غسل کرے۔ تو اسکے خفقان کا دورہ رک جائیگا۔

ساتھ ہی ساتھ سرد تر غذائیں استعمال کریں +
سورنی کا گھی اور مکھن بھی یہی خاصیت رکھتا ہے +

لبن الخفاش یعنی چمگادڑ کا دودھ

(13)

یہ چھوٹی چمگادڑ ہے۔ جو کہ شام کو اندھیرا پڑتے ہی گھروں میں اُڑتی پھرتی ہے
یہ عورتوں کی طرح حیض بھی لاتی ہے۔ اور حاملہ ہو کر جب بچہ جنتی ہے تو دودھ بچے
کو چھاتیوں سے عورتوں کی طرح پلاتی ہے۔ اس کا دودھ انسان کے لئے نہایت
زہریلا اثر رکھتا ہے۔ حتیٰ کہ چھ ماشہ کے قریب قاتل ہے لیکن بطور مالش کے بہت
ہی اعلیٰ فوائد اس سے حاصل ہوتے ہیں۔ مثلاً پھولا چشم خواہ کتنا ہی پرانا اور بڑا ہو
ہر روز اس کا دودھ بطور انجن کے لگایا کریں۔ تو دو تین ہفتہ میں کٹ جاتا ہے +
چھوٹے لڑکے اور لڑکیوں کے اُن مقامات پر جہاں کہ عمر بھر چاہو کہ بال پیدا
نہ ہوں۔ تو آٹھ دس دن بطور ضماد لگانے سے پھر وہاں کوئی بال ہرگز پیدا نہ ہوگا
جوان عورتیں اگر پستان پر چند یوم طلا کریں۔ تو اس حالت سے اُن کے پستان
نہ تو بڑھینگے اور نہ ڈھیلے ہونگے۔ یہ دودھ درجہ چہارم میں گرم خشک ہے +
روغن زیتوں دس تولہ میں تین تولہ دودھ جلائیں۔ تو وہ روغن فالج
رعشہ اور ہر قسم کے درد کو بذریعہ مالش فی الفور دور کرتا ہے +
برص بہق کے داغوں پر چالیس دن لگائیں۔ تو وہاں کا چمڑا زخمی ہو کر
اُتر جاتا ہے۔ اور داغ کافور ہو جاتے ہیں +

(93) (94) (95) (96) (97)

شیر مادہ خرس یعنی ریچھنی کا دودھ

(14)

اسکی تاثیر درجہ دوم میں سرد تر ہے۔ گنج کے لئے نہایت اکسیر صفت ہے۔

(98) جس جگہ پر بال پیدا نہ ہوتے ہوں چند یوم ملا کرنے سے بالوں کا انبوہ کثیر پیدا ہوتا ہے۔

(99) مرگی والا اگر ہر روز چھٹانک بھر گھی میں تین چار تولہ بھینی کا دودھ ملا کر صبح کو پیئے اور تین ہفتہ تک استعمال کرے۔ تو شرطیہ شفایاب ہوگا ✣

(100) ہر قسم کی خشک خارش بھی بطور ضماد استعمال کرنے سے دور ہو جاتی ہے ✣

(101) آشوب چشم والا اگر بطور قطورہ دو تین قطرہ ایک دن میں تین چار دفعہ آنکھوں میں ڈالے تو اس کا درد اور سُرخی دو تین دن میں کافور ہو جاتی ہے ✣

(102) اسکے دودھ کا مکھن نکال کر گھی بنائیں۔ تو اس میں آٹھ گنا وزن آملہ کا پانی جلائیں۔ اور وہ گھی ہر روز بالوں پر لگایا کریں۔ تو چالیس دن کے اندر تمام سفید بال سیاہ ہو جائینگے۔ اور کئی سال تک سفید نہ ہونگے۔

(103) سیاہ بالوں والا اگر اسکو ہفتہ عشرہ کے بعد ایک دفعہ لگاتار ہے۔ تو عمر بھر اس کا کوئی بال سفید نہ نکلیگا۔

(104) ارسطو نے لکھا ہے۔ کہ بداخلاق، ضدّی اور شریر آدمی کو ہر روز اگر ۵ تولہ بھر اس کا دودھ پلائیں۔ تو وہ شریف اور نیک خو بن جاتا ہے ✣

کُتیا کا دُودھ

(15)

طبیعت اسکی درجہ دوم میں گرم خشک ہے۔ تمام جانوروں کے دُودھ سوائے گدھی و ہرنی کے دانتوں کے لئے مضر ہیں۔ مسوڑھوں کی جڑیں کمزور کرتے ہیں۔ مگر یہ دودھ ہر طرح سے دانتوں اور مسوڑھوں کے لئے مفید ہے ✣

(105) شیر خوار بچے جب دانت نکالنے لگیں۔ تو ہر روز صبح و شام قدرے دُودھ سے اُنگلی تر کر کے اُن کے مسوڑھوں پر مل دیا کریں۔ تو نہایت ہی آسانی سے اُن کے دانت برآمد ہونگے۔ طرفہ امر یہ ہے۔ کہ اس وقت تو اوپر سے مسوڑھوں کے تلوے نہایت نازک ہو جاتے ہیں جس سے کہ بے تکلف دانت نکل آتے ہیں۔ مگر

بعدازاں یہی دودھ لگائیں۔ تو دانت اور مسوڑھوں کو سخت کرتا ہے +

جب کُتیا بچّہ جنے تو اس وقت کا حاصل کیا ہوا دودھ خشک کر کے بطور سرمہ کے لگایا کریں۔ تو بیاض عین کو ازحد مفید ہے۔ ککرے بھی دُور کرتا ہے آنکھوں میں ناید بال پیدا ہوتے ہوں۔ تو اُن کا جمنا موقوف ہوتا ہے +

اگر شراب دیسی ہموزن میں کتیا کا دودھ ملاکر درد عرق النساء والے کو مالش کریں۔ تو بہت جلد درد کی شکایت رفع ہوگی۔ یہی نسخہ ہر قسم کے درد کان کو بھی آرام دیتا ہے۔ کتیا کا دودھ خنازیر یعنی ہنجیران پر لگائیں تو ورم تحلیل کرتا ہے +

بلّی کا دُودھ

اس کا دودھ بہت ہی کم ہوتا ہے۔ یہ بچے کو ابتدا میں ہی چربی کھلانا شروع کر دیتی ہے۔ اس کا دودھ آتشزدہ کے لئے نہایت ہی فیض رساں ہے خواہ تمام بدن جل گیا ہو۔ آبلے پڑ گئے ہوں۔ یا کھال اُدھڑ گئی ہو۔ دو تولہ دودھ میں ایک تولہ سفیدی بیضہ مرغ ملا کر لیپ کریں۔ فی الفور درد و سوزش کو تسکین ہوگی چند یوم متواتر کئی دفعہ دن میں لگایا کریں۔ تو جلا ہوا سب گوشت از سر نو تازہ پیدا ہوگا +

بلّی کا دودھ اگر بقدر ایک تولہ دردِ زہ والی عورت گرم پانی سے چند گھونٹ میں ملا کر پیئے۔ تو آسانی سے بچہ پیدا ہوگا +

بواسیر کے مسوں پر یہ دودھ طلا کریں۔ تو درد اُسی وقت دور کرتا ہے اور چند بار لگانے سے خون بھی رُک جاتا ہے +

بلّی کا دودھ ایک تولہ اور اسی بلّی کا پتہ ایک ماشہ خشک کر کے بطور سرمہ

کے رات کو آنکھوں میں لگائیں۔ تو روز روشن کی طرح ہی رات کو بھی تمام چیزیں اندھیرے میں دیکھ سکتے اور پڑھ لکھ سکتے ہیں ÷

جذام والا مریض اگر ہر روز صبح کو بکری کے آدھ سیر دودھ میں دو تولہ بٹی کا دودھ ملا کر اس کا ماء الجبن چالیس دن استعمال کریں۔ تو شفا پائیگا ÷

دُودھ پینا اور پلانا

چھوٹے بچوں کو اُن کی والدہ کا دودھ دیگر حیوانات کے دودھ سے افضل ہے مگر اس کے دودھ میں کوئی نقص نہ ہو۔ یعنی اگر کوئی عیب ہو تو اس کی اصلاح کر لینا ضروری ہے ÷

بچے کو بار بار دودھ پینے کی عادت نہ ڈالنا چاہیئے۔ بعض عورتیں بندریا کی طرح ہر وقت بچے کو چھاتیوں سے چمٹائے رکھتی ہیں۔ ایسے بچے حریص اور ہر وقت کے خون چوسنے والے ہوتے ہیں۔ مگر لازم یہ ہے۔ کہ تمام دن میں زیادہ سے زیادہ چار یا حد پانچ دفعہ دودھ پلانا چاہیئے۔ اور رات بھر میں صرف دو دفعہ کیونکہ شیر خوار بچہ کے معدہ کو بخوبی ہضم کرنے کا وقت بھی دینا چاہیئے ÷

آگ کے پاس بیٹھی ہوئی عورت یا دھوپ میں چلی آتی ہوئی فوراً ہی بچے کو دودھ نہ پلائے۔ غم فکر۔ یا غصہ اور جوش کی حالت میں بھی فی الفور نہ پلائے۔ جماع کی شہوت غالب ہو تو اُس وقت بھی اور جماع کرنے کے بعد فوراً نہ پلائے۔ بلکہ بہتر ہے کہ جب تک بچہ دودھ پیتا رہے۔ اتنا عرصہ عورت جماع کا خیال بھی نہ کرے۔ کم از کم ایک سال اور زیادہ سے زیادہ دو سال تک بچے کو والدہ کا دودھ پلانا چاہیئے ÷

بچے کو اگر دودھ ہضم نہ ہو۔ تو مندرجہ ذیل نسخے استعمال کریں ÷

116 دستوں کے لیئے۔ دودھ پیتے ہی دست آجاتے ہوں۔ تو بچے کو پوست ہلیلہ زرد کچو۔ پودینہ بھری۔ اجوائن دیسی ہر ایک ماشہ ماشہ۔ زہر مہرہ خطائی تین رتی۔ پانچوں کو دو تولہ پانی میں گھس کر پلائیں۔ یا زرشک تین ماشہ۔ مربہ بہی چھ ماشہ میں مخلوط کر کے کھلائیں +

117 دودھ پیتے ہی قے ہو جاتی ہو۔ تو قدرے پنیہ پانی میں رگڑ کر پلا کریں۔ یا سیر بھر پانی کو جوش دیں۔ 118 اور اس میں آب نارسیدہ چونہ دو تولہ ڈالیں۔ ایک گھنٹہ کے بعد بیں دفعہ اس پانی کو گاڑھے کپڑے سے چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ یہ پانی ایک دن میں تین دفعہ تولہ ڈیڑھ تولہ وزن میں قدرے شہد ملا کر پیا کریں۔ 119 یا دھنیا خشک چھ رتی۔ اجوائن دیسی تین رتی۔ نمک لاہوری ایک رتی تولہ بھر پانی میں رگڑ کر پلایا کریں۔ بچے کی والدہ بھی مندرجہ بالا ادویہ استعمال کرے۔ تو زیادہ تر جلد اثر ہوگا +

بچہ دُبلا پتلا اور کمزور ہو تو بھینس کا دودھ پلائیں۔ ایسی بھینس کو ہر روز بنولہ یا دو ڈیڑھ سیر السی کی پیٹھ کھلایا کریں۔ پیٹھ کا وزن بھی ڈیڑھ دو سیر ہی ہونا چاہیئے چارہ۔ لوسن گھاس یا چرھی یا سوانک یا گیہوں یا کھبل گھاس کھلانا چاہیئے۔ بکری کا دودھ پلائیں۔ تو اسکو پیپل تلسی نیم یا بکائن توت ببول کے پتے کھلایا کریں۔ اور ہر روز اسکو پاؤ بھر بنولے اور ڈیڑھ پاؤ تک چنے بھگو کر کھلائیں۔ گائے کا دودھ دیں تو اسے بھی بھینس والی خوراک نصف تک دیں۔ السی کی پیٹھ جاڑوں ہی میں تو وہ ہضم کریگی۔ مگر گرمیوں میں سرسوں کی دیں + بکری اور بھینس کا دودھ بچے کو اوّل تو تھن سے چوسنا لازم ہے۔ ورنہ تازہ بتازہ نکالا ہوا پلایا کریں۔ اور خام ہی پلائیں۔ مصری یا کھانڈ کی بجائے اگر شہد ڈال کر پلائیں۔ تو ازبس مفید ہوگا +

پیٹھ = کھلی

گائے کا دودھ ہرگز خام نہ پلائیں۔ بلکہ اوّل تو گائے کا دودھ بچوں کیلئے کام کا ہی نہیں۔ کیونکہ گائے کے دودھ میں شکر کم ہوتی ہے۔ اسلئے اگر اُس میں مصری وغیرہ ملاکر شکر کی کمی پوری کی جائے۔ یا اُس میں پانی ملاکر رقیق کیا جائے تو ایسے دودھ سے بچوں کو بدہضمی اور سوزش معدہ کی شکایت ہوجایا کرتی ہے نیز گائے کو اکثر مرض ٹوبر کولوسس یعنی سِل ہوجایا کرتا ہے۔ اور یہ مرض چونکہ متعدی ہے۔ اس لئے گائے کا دودھ خام پلائیں۔ تو اسکے زندہ اجرام بچوں کے جسم میں داخل ہوکر اُن کو مرض سل کا مریض بنا دیتے ہیں۔ لہذا ہرگز گائے کا خام دودھ نہ پلائیں۔ اور اچھی طرح جوش دے کر اُس کے جرم مار دیں۔ پھر پلائیں +

گائے کے بغیر اور دودھ بچوں کے لئے نہ ملتا ہو۔ تو گائے کو میٹھی خوراک دیں۔ مثلاً شلغم۔ چقندر۔ گاجر۔ گنا وغیرہ بکثرت کھلائیں +

کمزور اور مریض بچوں کو بھیڑی کا دودھ بھی عین موافق ہے۔ مگر جب بھیڑی کا دودھ بچے کے لئے تجویز کریں۔ اُسکو گندی غذا نہ کھانے دیں +

شیر خوار بچے کی والدہ بچے کو ایک دفعہ رات کو سوتے وقت پھر علی الصباح بیداری کے وقت اور دن بھر میں تین یا حد چار دفعہ دودھ پلایا کرے +

حیوانوں کا دودھ دینا ہو۔ تو تمام دن میں تین دفعہ اور رات کو صرف ایک دفعہ سوتے وقت پلائیں۔ دودھ پلاکر حتی الوسع یہ کوشش کریں کہ کم از کم نصف گھنٹہ تک بچہ جاگتا اور کھیلتا رہے۔ فوراً ہی سو نہ جائے +

لڑکوں کو دودھ پلانا

پانچ سال سے چودہ سال کی عمر تک کے لڑکوں کو پاؤ بھر سے لیکر سیر

بھر تک آٹھ پہر میں دودھ پلانا چاہیئے۔ مگر تین دفعہ ایک دن میں پلائیں۔ اول صبح کے وقت بعد ازاں تین چار گھنٹہ بعد روٹی کھلائیں۔ اسکے چار گھنٹہ کے بعد دودھ پھر ڈھائی گھنٹہ بعد۔ رات کو کھانا کھانے سے پہلے پلاوہ۔ ہرگز لڑکوں کو دودھ نہ پلانا چاہیئے ؛

اس عمر کے لڑکوں کو کبھی گلے پڑ جاتے ہیں۔ یا منہ میں چھالے ہو جائیں۔ تو عورت کا دودھ اُن کو پستان سے چوس کر پینا اور غرارے کرنا چاہیئے۔ پس جلدی ہی شفا پائینگے ؛

جو لڑکے کند ذہن ہوں۔ اُن کو گائے کا دودھ نہایت مفید ہے۔ اگر حافظہ بہت ہی خراب ہو۔ تو دودھ کے ساتھ ڈیڑھ ماشہ دارچینی اور دو ماشہ ست سونڈی بوٹی کھلایا کریں۔ بارہ پندرہ دن کے استعمال سے ان کا حافظہ نہایت تیز ہو جائیگا۔ اگر لڑکا بھدا ہو جائے اُس کا پیٹ دن بدن بڑھنے لگے تو بکری کے گرم دودھ کے ساتھ تین چار ہفتہ تک حسب ذیل نسخہ استعمال کرائیں۔ چھچڑے کے چاول ۲ تولہ۔ بیخ چیتہ ۳ تولہ۔ زیرہ سیاہ ۳ تولہ۔ رومی مصطگی ۳ تولہ۔ زعفران کشمیری ۴ تولہ۔ سب کو باریک کر کے آدھ سیر شہد میں ملائیں اور بقدر آٹھ ماشہ صبح کے وقت کھلایا کریں ؛

لڑکا بہت ہی کوتہ قد ہو۔ تو اونٹنی کا دودھ سال بھر تک حسب ذیل طریقہ سے پلایا کریں۔ صبح کے وقت سیر بھر دودھ کو دیگچہ قلعی شدہ میں ڈال کر اُس میں دو تولہ مغز بادام شیریں اور ۴ ماشہ تودری سُرخ باریک کر کے ڈال دیں۔ اور دھیمی آگ پر پکائیں۔ ہر وقت چمچہ ہلاتے رہیں۔ تاکہ ملائی نہ آئے۔ جب ڈیڑھ

ملہ ست مونڈی بوٹی کا طریقہ۔ سیر بھر بوٹی معہ پھول و برگ و شاخ و جڑ کے کوٹ کر سفوف بنائیں۔ اور آٹھ سیر پانی میں پکائیں۔ جب دو سیر پانی رہ جائے۔ تو چھان کردہ پانی پکا کر خشک کرلیں۔ یہی ست ہے ؛

پاؤ کے قریب رہ جائے۔ تو اُتار کر نیم گرم ہونے پر ۳ تولہ شہد ملا کر پلائیں۔ اگر ایک دفعہ نہ پی سکے۔ تو دو دفعہ کر کے پلائیں۔ دودھ ہضم نہ ہوتا ہو تو وہی نسخے استعمال کرائیں۔ جو بچوں کے لئے مرقوم کئے گئے ہیں ؛

بالغ لڑکوں اور نوجوانوں کو دودھ کیسے پینا چاہئے

پندرہ سال عمر سے لیکر چالیس برس تک عمر والے یوں استعمال کریں۔ گھوڑی کا گدھی کا یا بکری یا بھینس اور اونٹنی یا ہرنی کا دودھ تازہ بتازہ شیر گرم ہی دیسی کھانڈ معمولی مقدار میں ڈال کر استعمال کریں ؛ صبح اور دوپہر والی غذا کے تین یا چار گھنٹہ بعد اور رات کو کھانا کھانے کے تین گھنٹہ بعد پیئیں ؛

دودھ کبھی جلدی جلدی مت پیؤ۔ اور بڑے بڑے گھونٹ نہ بھرو بلکہ آہستہ آہستہ ٹھہر ٹھہر کر پیو۔ ایک گلاس کے پینے میں چار پانچ منٹ سے کم نہ لگاؤ۔ ایک گھونٹ میں اس سے زیادہ نہ آئے۔ جو چار کے چمچہ میں آتا ہے۔ کیونکہ جب ہی دودھ معدہ میں جاتا ہے۔ فوراً پھٹ جاتا ہے۔ اس کا دہی یا پنیر بن جاتا ہے۔ اگر بہت مقدار جلدی جلدی پی جائے۔ تو معدہ میں جا کر پنیر کا ڈھیر بن جائیگا۔ اور معدہ کی تمام طاقت اُس انبار پنیر ہی کو ہضم کرنے میں خرچ ہوگی۔ اگر اسکو چھوٹے چھوٹے گھونٹوں میں آہستہ آہستہ پیئیں گے۔ تو ہر ایک گھونٹ علیحدہ علیحدہ پھٹیگا اور پھر وہ اوپر نیچے ذروں میں بٹ جائیگا۔ اس کا ہضم کرنا معدہ کیلئے آسان ہوگا ؛

اگر دودھ پیتے ہی پاخانہ کی حاجت ہو جاتی ہو تو حسب ذیل نسخہ استعمال کریں

(۱) چونہ آب نارسیدہ دو تولہ پاؤ بھر بھیڑی کے خام دودھ میں رات کو بھگوئیں صبح کو اسکے درمیان سے تولہ بھر لیں۔ اُس میں افیون ایک ماشہ۔ کھربا دو تولہ ملا کر بقدر دانہ ماش (اُڑد) گولیاں بنائیں۔ ایک گولی دودھ کے ساتھ نگل جایا کریں۔

یا جسم بہت فربہ ہو اور دودھ پینے سے براز کی حاجت ہو جاتی ہو تو دودھ کو اس قدر اوٹائیں (جوشدیں) کہ تین چوتھائی رہ جائے۔ پھر اسکو ایک گھنٹہ بھر کسی کشادہ برتن میں ڈال کر ٹھنڈا کریں۔ اوپر ملائی جم جاتے دیں۔ بعدازاں موٹے کپڑے میں پانچ چھ دفعہ چھان کر پلائیں۔ تو وہ گولی کھانے کی بھی ضرورت نہیں۔ گولی تو ان کے لیئے ہے جو کمزور جسم ہوں۔ اور طاقتور ہونے کے لیئے دودھ پیتے ہوں +

یہ واضح رہے کہ کسی عمر کے آدمی کو بھی نہ تو بہت ٹھنڈا اور نہ بہت گرم دودھ پینا لازم ہے۔ کیونکہ بہت ٹھنڈا پینے سے معدہ کی جھلی پر چکنیائی جم جاتی ہے اس لیئے خود مشکل ہضم ہوتا ہے۔ اور کثرت استعمال سے معدہ کو بھی خراب کر دیتا ہے۔ اور زیادہ گرم سے مسوڑھوں کی جڑیں کمزور ہو جاتی ہیں۔ اور دانت قبل از وقت گرنے لگتے ہیں۔ پھیپھڑہ اور دل کمزور ہو جاتا ہے +

دودھ پینے سے قے یا متلی ہوا کرتی ہے۔ یا عقوکیں بہت آتی ہوں۔ یا ریح پیدا کرتا ہو۔ یا نفخ و گڑگڑاہٹ کی شکایت پیدا ہو تو مندرجہ ذیل نسخے استعمال کریں۔ (۱) لائم واٹر یعنی چونے کا پانی جو کہ بچوں کیلئے مذکور ہو چکا ہے ہر دفعہ دودھ میں بقدر نصف تولہ ملا کر پیئیں + (۲) سوڈا واٹر اعلیٰ درجہ کی جس میں گیس بھری ہو۔ چوتھائی حصہ بلکہ گرمیوں میں نصف تک ملا کر پیئیں +

(۳) سہاگہ بریاں بقدر دو رتی آدھ سیر دودھ میں شامل کر کے پیئیں + سہاگہ بریاں کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ چھٹانک بھر سہاگہ آدھ سیر پانی میں گھول کر آگ پر پکائیں۔ جب خشک ہو کر پھول جائے۔ تو باریک کر کے کام میں لائیں۔ اگر بجائے سادہ پانی کے شاہترہ سبز کا پانی ڈالیں۔ تو ازحد مفید ہے پھر یہ سہاگہ آپ کو تین چار سیر دودھ (آدھ آدھ سیر کر کے چار چھ دفعہ تک) ایک دن میں پلا سکتا ہے۔ اور بھوک ویسے کی ویسی بحال رکھ سکتا ہے +

(۴) مُرملی اور چیترا ہموزن سفوف کریں۔ اور اِن کا ست بنا کر بقدر دو ماشہ ہر ایک گلاس کے ساتھ پیئیں +

اگر حافظہ خراب ہو۔ تو حسب ذیل دوا ڈال کر مندرجہ ترکیب سے پیئیں تین پاؤ گائے کا دُودھ آگ پر چڑھائیں۔ اُس میں دارچینی۔ خوب کلاں ہر ایک چار ماشہ۔ مغز کنار دشتی ایک ماشہ تینوں جو کوب کر کے باریک ململ کی پوٹلی بنا کر ڈالیں۔ اور ہر وقت چمچہ ہلاتے رہیں۔ تا کہ ملائی بالکل نہ جمنے پائے۔ جب نصف دودھ رہ جائے۔ تو اتار دو گلاسوں میں آدھ گز تک اُونچا رکھ کر ادھر اُدھر اُلٹیں۔ (پوٹلی نکالکر نچوڑ کر پھینک دے) یوں اُلٹنے سے بکثرت جھاگ پیدا ہوگی جب نیم گرم ہو جائے۔ تو تین یا چار تولہ شہد ملا کر پیئیں۔ اور شہد دیسی ہو +

یہ بھی واضح رہے۔ کہ ہر کسی کو بہت گرم دودھ کو رکھ کر ٹھنڈا کر کے نہیں پینا چاہیئے۔ بلکہ دو برتنوں میں دو فٹ کی اونچائی سے اُلٹ پلٹ کر پینا مفید ہے کیونکہ اونچی اور بار بار کی دھار میں ہوا سے آکسیجن کا بکثرت جزو اس میں شامل ہو جاتا ہے۔ پس ایسا دُودھ بہت مفید ہے +

اگر نوجوان طلبا کو یا دُنیادار آدمی کو جریان یا احتلام یا سرعت انزال کی شکایت پیدا ہو۔ تو حسب ذیل ادویہ دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ ایسے مریضوں کے لئے تازہ بتازہ بھینس کا دودھ مفید[1] ہے +

(۱) ہر روز صبح کو ایک چھوٹے پتاشہ میں چھید کر کے بڑ (بوہڑ) کا دودھ آٹھ یا دس قطرہ ڈالیں۔ دودھ نہایت نازک پتوں کا لیں۔ اور آدھ سیر دودھ میں چار تولہ شہد ملا کر وہ پتاشہ کھا کر پی لیا کریں +

[1] کتیا کا دودھ نہایت ہی اکسیر ہے۔ اور اعلیٰ درجہ کا ممسک ہے۔ مگر کون پینے کی خواہش کریگا خیر لکھنا ہی ہمارا تو فرض ہے۔ شاید کوئی مائی کا لال پی جائے +

(۲) موصلی سفید۔ گوند ڈھاک ہر ایک پانچ تولہ مغز کریلہ ایک تولہ تینوں کو سفوف کر کے ویسے ہی دودھ کے ساتھ صبح کے وقت بقدر چھ ماشہ ہر روز کھائیں جی چاہے تو رات کو سوتے وقت بھی استعمال کریں ۰

(۳) روئی کے پھول ۴ تولہ۔ گلابی جھیجی بوٹی ۲ تولہ۔ برہم ڈنڈی ۲ تولہ بھوپلی ۴ تولہ۔ سب کو باریک کوٹ چھان کر سات سات ماشہ کی پوڑیہ بنائیں۔ اور روزمرہ مندرجہ صدر دودھ کے ساتھ ایک پوڑیہ کھائیں ۰

بوڑھے لوگ دودھ پئیں

ہمیشہ بکری یا اونٹنی کا پئیں۔ تو بہتر ہے۔ گائے بھینس کا پینا چاہیئے تو ضرور اس میں سہاگا بقدر ایک رتی ملا لیا کریں۔ یا تین چار دفعہ چھانکر پئیں اگر کوئی بڈھا صفراوی مزاج کا ہو۔ اسکے لئے دودھ چاول بہت اعلیٰ غذا ہے۔ اس سے اگر براز کی حاجت ہوتی ہو۔ تو چاول دودھ میں پکا کر یعنی کھیر بنا کر کھائے۔ بوڑھے آدمی اگر لاغر و کمزور ہوں۔ اور فربہ ہونا چاہتے ہوں تو بھینس کے دودھ کو آٹھ دس دفعہ چھان کر اس میں بادام روغن بقدر دس یا بارہ ماشہ ملا کر پئیں۔ اور بجائے کھانڈ کے شہد ملایا کریں ۰

بوڑھے کو دودھ پینے سے ریح یا جوڑوں کا درد ہوا کرے۔ تو اسکو لازم ہے کہ جاڑے کے ایام میں دودھ کے ساتھ چار ماشہ سونٹھ کا سفوف دودھ میں ملا کر یا اول پھانک لے۔ پھر دودھ پیئے۔ اور موسم گرما میں ماشہ بھر گوگل دودھ کے ساتھ نگل لیا کرے۔ تو کوئی شکایت نہ پیدا ہوگی ۰

نوٹ:۔ مندرجہ بالا مضامین بچوں۔ لڑکوں۔ جوانوں اور بوڑھوں سے متعلقہ میں عورات بھی شامل ہیں ۰

امراض میں دودھ کا استعمال

یہ مضمون کئی ایک نہایت مستند و مشہور کتب سے اخذ کیا گیا ہے۔ سب سے اول قانون شیخ بوعلی سینا جلد ثالث فارسی سے ترجمہ اس کا درج کرتے ہیں بعد ازاں جدا جدا امراض کا علاج بیان کرینگے۔

دودھ ملطف ناہے۔ اور آلائش وغیرہ دھوڈالنے کی بھی اس میں قوت ہے اور حرارت بجھانیکا بھی ملکہ ہے۔

دودھ اقسام کیموس کی تعدیل کر دیتا ہے اور بدن کو قوی کرتا ہے اور بدن کو فربہ کرکے اطراف میں بڑھا دیتا ہے جب شہد کے ساتھ پیا جائے۔ باطنی فروع کو اخلاط غلیظہ سے پاک کر دیتا ہے۔ اور بدن میں نفخ پیدا کرتا ہے۔ اور آلائش سے اُن کو دھوڈالتا ہے۔ کیموس دودھ سے اچھا بنتا ہے۔ غذا بھی اسکی پوری ہے۔ مغز کو بڑھاتا ہے۔ خصوصاً عورتوں کا دودھ۔

دودھ خود ایسی چیز ہے جو قریب الہضم کے ہے۔ مراد یہ ہے کہ اس میں خامی نہیں ہے۔ اور خامی اُس میں کیونکر ہو۔ حالانکہ دودھ کی پیدائش خالص خون سے ہے۔ نہایت درجہ ہضم ہونے کے بعد کہ اس پر ایک قسم کا ہضم طاری ہو چکا ہو۔ اور اُس خون کے تصفیہ کے بعد دوبارہ تصفیہ ہو کر دودھ ہوا ہے بلکہ اب جس وقت اس پر حرارت اچھے طور پر پہنچے گی۔ اور معدہ کی گرمی دودھ کو ہضم کرنا چاہیگی۔ بہت جلد اُسکو خون معتدل کی طرف پھیر لائیگی۔ پس کیا اچھی بات ہے کہ جو حکیم یونس نے کہی ہے۔ اسکے بعد اس پر اعتراض کیا گیا تھا اور چونکہ دودھ کسی قدر مایل بطرف برودت ہے۔ لہذا بلغمی مزاج کو مضر کرتا ہے اسلئے کہ اُن کی حرارت دودھ کو خون صحیح کی طرف پھیر لانے کی طاقت کماینبغی نہیں رکھتی۔ قوت

بدنی قبل استحالہ پانی دودھ کے اسکو اپنی طرف لاتی ہے۔ اس لئے دودھ کی
کیفیت خون کے قریب ہے۔ اور اسی سبب سے جن لوگوں کا مزاج گرم خشک
ہے اُن کو دودھ زیادہ فائدہ کرتا ہے۔ بشرطیکہ ان کے معدہ میں صفرا موجود نہ ہو
دودھ کے اقسام کے واسطے ابدان انسان کو ایسی مناسبتیں ہیں جنکے
اسباب دریافت نہیں ہو سکتے۔ جو شخص دودھ پیئے اسکو واجب ہے کہ تھوڑی دیر
سکون و آرام میں بسر کرے۔ تاکہ دودھ اسکے معدہ میں خراب نہ ہو جائے۔ اور حرکت
اور تعب کی گرمی سے ترش نہ ہو جائے۔ مگر سونے کی اجازت دودھ پینے کے بعد نہیں
ہے۔ اور نہ غذا تناول کرنے کی جب تک کہ دودھ معدہ نہ اتر جائے۔ دودھ کو
صلاحیت سن رسیدہ آدمیوں کے مزاج سے زیادہ ہے۔ بہ نسبت جوان آدمیوں
کے جن کا مزاج گرم ہے۔ اس لئے جوانان گرم مزاج کے معدہ میں دودھ کا استحالہ
صفرا کی طرف ہو جاتا ہے۔ دودھ مشائخ کو بھی فائدہ کرتا ہے۔ بسبب ترتیب پیدا
کرنے کی اور سوکھی خارش بوجہ خشکی کے جو اکثر مشائخ کے ابدان میں پیدا ہوتی ہے
اسکو دور کر دیتا ہے۔ مگر واجب ہے کہ مشائخ کو شہد ملا کر پلایا جائے۔ تاکہ اسکے
ہضم ہونے پر اعانت کرے۔ اکثر دودھ کا استعمال جب شروع کیا جاتا ہے۔ تو
پہلے پہلے دست آتے ہیں۔ اور جو فضول اطراف امعاء میں ہیں۔ ان کو نکال
دیتا ہے۔ بعد اس کے پھر بدن کی غذا وہی شروع کرتا ہے۔ اور بدن میں پھیلتا
ہے اور قبض پیدا کرتا ہے۔ دودھ نفاخ بھی ہے۔ مگر یہ کہ جوش دے لیا جائے +
دودھ مرکب دو جزو سے ہے۔ ایک تو دست آور ہے وہ اسکی ماہیت
ہے۔ اور دوسرا جزو قابض پیدا کرنیوالا۔ اسکی جبنیت ہے +
دودھ دیر ہضم ہے۔ غذا غلیظ پیدا کرتا ہے۔ معدہ سے دیر میں اترتا ہے
شہد اس کی اصلاح کر دیتا ہے۔ اور غذائے کثیر دودھ سے بدن کی بناء ہوتی ہے

دودھ خلط خام ہے۔ پکایا ہوا دودھ اور خصوصاً جو پکاتے پکاتے گاڑھا ہوجاتا ہے زیادہ قابض ہے۔ کیونکہ پانی اس میں جل جاتا ہے۔ جو کہ جزو مسہلہ ہے۔ دودھ ہر ایک قسم سدھا پیدا کرتی ہے۔ خصوصاً جگر میں مگر اونٹنی کا دودھ یا وہ جانور جن کا دودھ مثل دودھ اونٹنی کے ہے۔ چونکہ اس میں جبنیت کم ہے اور ماہیت میں اونٹنی کا دودھ کی جلد کی قوت ہے۔ لہٰذا سدھا نہیں پیدا کرتا۔ اور دودھ اُن مواد کو جو اعضائے باطنیہ پر گرتے ہیں۔ اور بسبب اپنی تیزی اور نوع کے ان اعضاء کو ایذا دیتے ہیں۔ نفع کرتا ہے۔ اس لئے یہ دودھ ان مواد کو ضعیف کر دیتا ہے اس طرح پر کہ ان مواد کو دھو ڈالتا ہے۔ اور اس کا دھونا پانی کے دھونے سے فوقیت رکھتا ہے۔ بسبب اسکے کہ دودھ کی ماہیت میں جلد کی قوت ہے۔ وہ قوت پانی میں نہیں ہے۔ اور ان مواد کی کیفیت کی تبدیل کر دیتا ہے اس طرح پر کہ ان مواد کو ایسی کیفیت کی طرف پھیر لاتا ہے۔ جو عضو کی کیفیت کے موافق ہوں۔ بوجہ اسکے جو تغذیہ کی قوت اس میں ہے۔ اسکے ذریعہ سے درمیان عضو اندرونی اور خلط خراب کرکے ایسی پھسلن اس عضو میں پیدا کرتا ہے۔ کہ اب وہ خلط اس عضو کو خالی ملاقات نہیں کرتی ہے۔ تاکہ اس میں سرایت کرے جیسے چکنے برتن میں تر چیزیں خراب شدہ کچھ اثر نہیں کرتی ہیں +

جن لوگوں کے بدن سے خون کا سیلان کسی عنوان سے ہوتا ہے ان کو دودھ ضرر کرتا ہے۔ احشائے باطنی کو دودھ موافق نہیں ہے۔ اور بکری کا دودھ بہ نسبت اور جانوروں کے دودھ کے احشاء کو زیادہ ضرر کرتا ہے۔ اسلئے کہ بکری اکثر وہی چرتی ہے جو قابض ہیں۔ بھیڑی کا دودھ بکری کے دودھ کے مخالف ہے اور غذائے پسندیدہ نہیں ہے۔ اور التہاب پیدا کرنے کی قوت اس میں ہے دودھ اپنے جوہر اصلی میں بہت جلد استحالہ پانیوالا ہے خصوصاً بطرف حرارت کے۔

اس کا استحالہ جلد ہو جاتا ہے۔ خراب دودھ سے بدتر بدن انسان کے واسطے کوئی چیز نہیں۔ کیونکہ یہ خالص خون ہی کا اثر رکھتا ہے۔ مادہ خر کا دودھ مائیت زیادہ رکھتا ہے۔ اور سورنی کا دودھ مائی بھی ہے۔ اور ناپختہ بھی ہے +

فصل ربیع میں جو دودھ پیدا ہوتا ہے۔ اس کی مائیت زیادہ ہوتی ہے۔ بہ نسبت اس دودھ کے جو فصل صیف میں پیدا ہو۔ اسی طرح ان جانوروں کا دودھ جو کشت زار اور ان مقاموں کی گھاس چرتے ہیں۔ جہاں پانی بھرا ہوا ہو۔ اس لئے کہ ربیع کے نباتات میں مائیت زیادہ ہوتی ہے بہ نسبت صیف کی نباتات کے اور جس قدر صیف خریف کی طرف قریب ہوتی جاتی ہے دودھ میں غلظت بڑھتی جاتی ہے۔ بہت بہتر وہی دودھ ہے جو درمیان ایام فصل صیف کے پیدا ہو۔ مگر اس پر خوف اس کا ہوتا ہے کہ پینے کے بعد حرارت کی طرف متحیل ہو جائے۔ اور ربیع میں اس بات کا خوف نہیں ہوتا +

گائے کے دودھ میں گھی کی زیادتی ہوتی ہے۔ اور بھیڑ کے دودھ میں پنیر بھی زیادہ ہوتا ہے۔ اور گھی بھی۔ اور اونٹنی کے دودھ میں جبنیت کم ہے اسکے بعد مادہ اسپ کے دودھ میں۔ اسکے بعد مادہ خر کے دودھ میں۔ اسی واسطے مادہ خر کا دودھ معدہ میں پھٹ کر پنیر نہیں بنتا۔ اور اونٹنی کے دودھ میں نمکینی زیادہ ہے۔ اس لئے وہ ترشی کو دوست رکھتی ہے۔ اور اس کا دودھ سب دودھ کے اقسام سے بہتر ہے چوپاؤں میں۔ اور بایں ہمہ یہ بھی کہا گیا ہے۔ کہ اونٹنی کا دودھ معدہ میں اور اوپر کے اجزائے شکم میں زیادہ ٹھیرتا ہے بہ نسبت اور جانوروں کے دودھ کے +

یہ بھی جاننا ضرور ہے۔ کہ دودھ میں اختلاف بحسب اختلاف نوع حیوان کے ہوتا ہے۔ اور بحسب اختلاف سن حیوان کے بھی اختلاف ہوتا ہے کہ چھوٹے

سن کا جانور ہے۔ یا سخت گوشت کا۔ فربہ جانور کا دودھ ہے یا دُبلے کا۔ سفید جانور
کا ہے یا کسی اور جانور کا۔ بنا بر قولِ اطبا کے جو سپید رنگ کا جانور ہو اور
معدہ سے انحدار اس دودھ کا فربہ کرتا ہے۔ اگر ایسے آدمی بسبب اپنے مزاج
حار یا یبس کے لاغر ہو گئے ہوں۔ ان کے بدن میں فربہی پیدا کرنے کا سبب یہ ہے
کہ ترطیب پیدا کرتا ہے۔ پس بیشتر خلط خراب کو نکال دیتا ہے۔ اس لئے غذا
اس بدن کی درست ہو جاتی ہے۔ اور جو دودھ بوجہ خباثت کے چکنا ہی بن گیا
ہو وہ بہت جلد ان لوگوں کو فربہ کر دیتا ہے۔ ماء الجبن کلف اور نشانات کو
ضماد کرنے سے زائل کر دیتا ہے۔ اور کبھی پلانے سے بھی یہی نفع کرتا ہے +
اورام و بثور۔ اکثر ایسا ہوتا ہے۔ کہ جن کے بدن میں اورام ردی اور دنبل
اور ماشرا اور ترکھجلی اور خشک کھجلی ہو۔ دودھ پینے سے اورام ہو جاتا ہے۔
بشرطیکہ ان کے مزاج میں کوئی ایسی چیز نہ ہو۔ جو دودھ کو فاسد کر دے۔ اور
اسکو صفرا بنا دے۔ جن لوگوں کے بدن میں اورام باطنی ہیں انکو دودھ مضر ہے
جراح و قروح۔ دودھ قروح باطنی کی اصلاح کرتا ہے۔ یعنی ان کی چرک
اور آلائش کو دھوڈالتا ہے۔ اور صاف کر دیتا ہے۔ ان کا تغریہ کرتا ہے اور
اگر اُن کے مزاج میں کوئی مفسد چیز دودھ کی نہ ہو۔ اور نہ ایسی چیز ہو کہ دودھ
کا استحالہ صفرا کی طرف کرے۔ اُس وقت صاحبان قروح دودھ سے نفع
پائیں گے۔ ماء الجبن ہلیلہ کے ہمراہ ترخارش کو مفید ہے +
آلات مفاصل۔ جملہ اقسام کے دودھ پٹھوں کو مضر ہیں۔ اور ان لوگوں کو
جنکو پٹھوں کے امراض لاحق ہوں۔ خصوصاً سر دامراض پٹھے کے اگر ہوں +
اعضائے سر۔ شیر ترنوازل کو فائدہ کرتا ہے۔ ان کو پتہ کر دیتا ہے اور نزلہ
کی تیزی کو دور کر دیتا ہے۔ حلق کے قروح کو مفید ہے۔ دودھ اسنان کی دوا

ہے جو خشکی سے پیدا ہو۔ اور غم و وسواس کو بھی دوائے مفید ہے۔ دانتوں کو ضرر پہنچاتا ہے۔ اور اُن کی جڑوں کو کھا لیتا ہے۔ اور مسوڑھوں میں گڑھا ڈال دیتا ہے۔ اور ان کو ٹکڑے کر دیتا ہے۔ خصوصاً اگر سرد مزاج کا دانت ہو۔ اور مسوڑھے کو ڈھیلا کر دیتا ہے۔ بلکہ واجب ہے۔ کہ بعد دودھ پینے کے شہد یا سکنجبین کی کُلی کی جائے۔ مگر مادہ خر کا دودھ بنابر قول اطبا کے اگر اس سے کُلی کی جائے۔ تو دانتوں اور مسوڑھوں کو مضبوط کر دیتا ہے۔ جن لوگوں کے سر میں درد ہو۔ اور جنکو دوار کا مرض ہو۔ اور جن کو طنین کا مرض ہو یعنی کان کو بجتا ہوا ایسے بیماروں کو دودھ موافق نہیں آتا۔ خصوصاً دودھ پی کر سونا ان لوگونکو زیادہ مضر ہے۔ خلاصہ یہ ہے۔ کہ جتنے آدمی ایسے ہیں۔ کہ جن کے اعضائے سر میں ضعف ہے۔ اُن کو دودھ مضر کرتا ہے +

اعضائے چشم۔ ظلمت بصر اور شبکوری پیدا کرتا ہے۔ لیکن اگر دودھ آنکھ میں ڈالا جائے۔ تو آشوب چشم کو نفع کریگا۔ اور نیز مواد کو جن کی ریزش آنکھ کی طرف ہے۔ اور خشونت یا کھردرا پن جو آنکھ میں ہو اسکو بھی دُور کریگا۔ اسی طرح اگر سفیدی بیضہ اور روغن گل خام میں ملا کر آنکھ میں ڈالیں۔ نیز دودھ کا دوہنا آنکھ میں طرفہ چشم کو فائدہ کرتا ہے +

اعضائے تنفس۔ مادہ خر کا دودھ کھانسی اور سل اور نفث الدم کو اسی طرح سے مفید ہے۔ جس طرح ہر ایک مرض کے بیان میں لکھا جائیگا +

بھیڑ کا دودھ نفث الدم کو زیادہ نفع کرتا ہے پھیپھڑے کو قروح کی دواؤں میں اور سل کی دواؤں میں دودھ داخل ہے۔ دودھ کا مضمضہ اور غرغرہ خوانیق اور ذبحہ او اورام لہات اور لوزتین کے لئے مفید ہے مگر جسکو نقصان رطوبت سے ہو۔ اسکو مضر ہے خون کی رطوبت سے +

اونٹنی کا دودھ۔ بواور بہر کو فائدہ کرتا ہے۔ سینہ کو بہ نسبت سراور معدہ
کے دودھ زیادہ موافق ہے ؎

اعضائے غذا۔ دودھ جگر میں سُدّہ پیدا کرتا ہے۔ ماء الجبن یرقان کو فائدہ
کرتا ہے۔ شیر بُز اور شیر مادہ شُتر استسقا کو مفید ہے۔ اور یہی سب دودھ
طحال کی سختی کو مفید ہیں۔ شیر بُز ہمراہ روغن بیدانجیر کے اندرونی صلابات کی
دوا ہے معدہ میں نفخ پیدا کرتا ہے۔ اور خصوصاً وہ دودھ جو بعد بچہ جننے کے فوراً
لیا جائے جسکو پیوسی کہتے ہیں۔ جس شخص کے طحال میں یا جگر میں کچھ مرض ہو۔
کہ جس میں تدبیر لطیف یعنی کمی غذا کی حاجت ہے۔ اُسکو دودھ ضرر کرتا ہے
سوائے اونٹنی کے دودھ کے جو بہت سے امراض طحال اور جگر کے لئے مفید ہے
اونٹنی کا دودھ استسقا کو بہت فائدہ کرتا ہے۔ خصوصاً اگر فاقہ غیری
کے ہمراہ پیا جائے۔ اور غذا کی خواہش کو بڑھاتا ہے۔ اور پیاس پیدا کرتا ہے
کھٹا دودھ بہت دیر ہضم ہوتا ہے۔ اور خلط خام اس سے پیدا ہوتی ہے مگر
جو معدہ براہ طبیعت اصلی گرم ہو۔ یا کسی سبب عارضی سے اس میں حرارت
آگئی ہو۔ کھٹے دودھ کو ہضم بھی کر لیتا ہے۔ اور نفخ بھی پاتا ہے۔ دخانی بو کا
مسکہ نکالنے کے بعد دودھ سے نہیں آتی ؎

ماء الجبن صفرائے محترقہ کا مسہل ہے۔ اور افتیمون کے ساتھ سودائے
محترقہ کا مسہل ہے۔ دودھ پتھری پیدا کرتا ہے۔ جوش دیا ہوا دودھ کہ جس میں
مائیت جاتی رہے۔ قابض ہے اور خون کی آمد کو جو دستوں میں ہو اُس کو بند
کرتا ہے۔ اونٹنی کا دودھ اور احیض کرتا ہے۔ جکا دہی گائے کا اسہال صفراوی
کے واسطے اچھی چیز ہے۔ شیر تازہ دوشیدہ کا زخم کے قروح کے واسطے حقنہ کیا
جاتا ہے۔ اور باہ کی قوت بڑھاتا ہے۔ امعائیں نفخ پیدا کرتا ہے۔ ہر ایک دودھ

جو غلیظ القوام ہو قولنج کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اور پتھری ڈال دیتا ہے خصوصاً وہی۔ پیوسی۔ دودھ سے ہیجان قوت جماع کا ہوتا ہے۔ یہاں تک کہ ترش دودھ بھی یہی اثر رکھتا ہے۔ اور جغرات (دہی) اُن ابدان میں جو گرم مزاج ہیں۔ ان سب سے کہ ترطیب پیدا کرتا ہے۔ اور نفخ بھی کرتا ہے۔ اکثر اوقات شکم کو نرم کر دیتا ہے۔ خصوصاً مادہ اسپ کا دودھ اور اونٹنی کا اور گدھی کا پھر اس کے بعد گائے کا پھر گوسفند کا اور جو دودھ کہ اسکی مائیت کم ہو کبھی دست لاتا ہے اگر بکثرت پیا جائے۔ کہ ہضم نہ ہو۔ اور نمک اس کے دست آور ہونے پر معین ہوتا ہے۔ اور ماء الجبن کے مسہل ہونے پر بھی نمک اعانت کرتا ہے۔ لیکن جوش کیا ہوا دودھ اور وہ دودھ کہ جس میں ٹھیکریاں خواہ کنکریوں وغیرہ کو جوش دیا ہو۔ جس دودھ کو سنگریزہ اور لوہے کے بات گرم کر کے بجھانے سے گرم کیا ہو۔ ایسا دودھ لامحالہ قبض پیدا کرتا ہے +

دودھ خراش امعاء کو نفع کرتا ہے۔ کھٹا دودھ پکانے کے بعد سہال صفراوی ودموی کو بہتر ہے۔ اونٹنی کا دودھ بواسیر کو فائدہ کرتا ہے جس وقت دودھ کو مقعد کے ورم پر یا اس کے قروح پر اور پیڑو کے ورم اور قروح پر بطور ضماد استعمال کریں۔ نفع کرے گا۔ اور جو لذع ان اعضاء میں پیدا ہوگا۔ اس میں سکون پیدا کرے گا +

حمیات ۔ شیر گوسفند۔ اور شیر مادہ خروق کی اچھی دوا ہے۔ کھٹا دودھ اکثر حمیات دق کو دور کر دیتا ہے۔ اگر بخوبی اس کا گھی نکال لیا جائے۔ اور ایسا ہو کہ بخوبی ہضم ہو جائے۔ تازہ دوشیدہ دودھ ان حیوانات کا کہ جن کا دودھ گاڑھا ہوتا ہے۔ اکثر حمیات میں اس سے پرہیز کیا جاتا ہے۔ اور مناسب نہیں ہے کہ تپ کا مریض اس کے گرد پیش جائے +

سموھم۔ دودھ فائدہ کرتا ہے۔ ادویہ زہردار پینے کے بعد اور تناول کرنے بجری اور شوکران اور بھنگ کے اور خصوصاً اس شخص کو جس نے ذراریج اور خربق اور ثافسیا اور خانق النمر اور خانق الذئب کو تناول کیا ہو۔ اور زہریلی دوائیں جو اکال ہیں۔ اور اندرونی اعضا میں عفونت پیدا کرنیوالی ہیں۔ ان سب کو مفید ہے۔ جو شخص بھنگ پی کر مست ہو گیا ہو۔ دودھ پلانے سے اُس کی عقل درست ہو جاتی ہے ؂

اقتباس از مخزن الادویہ

دودھ انسان کے لئے بہت مفید ہے۔ جس حیوان کی مدت حمل عورت کے برابر ہے۔ پس گائے کا دودھ کہ مدت حمل اس کی بھی نو مہینے ہے مناسب تر ہے۔ بعد اس کے دودھ بکری اور ہرنی کا اور دودھ اُونٹنی کا ہے۔ اور بعض لوگ بکری کے دودھ کو گائے کے دودھ سے بہتر جانتے ہیں۔ اور دودھ گدھی اور گھوڑی اور سؤرنی کا واسطے دوا کے قوی زیادہ ہے جانوران مذکور سے اور وہ واسطے تغذیہ کے انسب ہیں۔ اسی طرح باعتبار چارہ کھانے کے اور سن کے اور ہوائے وطنی کے اور رنگ جانور اور سخنہ جانور کے سخت ہے یا ڈھیلا اور باعتبار فصل اور شہر وغیرہ کے مختلف ہوتا ہے۔ اس واسطے کہ اگر چارہ تازہ اور ایام ربیع اور بارش میں کھلاوینگے۔ دودھ رطب ہوگا۔ خشک چارے اور ایام گرمی اور خشک سے اور اگر چارہ مسکہ اور مخدر مانند بھنگ۔ خشخاش۔ اور کاہو وغیرہ کے دیویں۔ دودھ بھی مخدر و مسکہ ہوگا۔ اور ملین سے ملین اور مسہلہ سے مسہل اسی طرح قابض اور سخنہ اور مبرد اور مرطب اور لطیفہ کثیفہ اور غلیظہ وغیرہ آثار دودھ کے بھی معتدل ہوتے ہیں اور

دودھ جانور سفید کا جلد تر منجمد ہوتا ہے۔ غیر اس کے سے طبیعت اس کے اجزا
کی مائیت اس کی دوسرے درجہ میں سرد اور تر دہنیت اسکی پہلے درجہ میں
گرم اور خشک جبنیت اس کی پہلے درجہ میں سرد اور خشک۔ دودھ تازہ
دوہا ہوا گرم ہے۔ ساتھ حرارت لطیفہ کے۔ اور سریع النفوذ اور سریع الانحدار
بخلاف دودھ سرد کے کہ سرد ہونے سے حرارت لطیفہ اس کی تحلیل ہو جاتی
ہے۔ پس چاہئے کہ جب پیا جائے دودھ کو گرم کر کے پئیں۔ تو گرمی بسبب
سرعت نفوذ کے ہووے ✣

مطلق دودھ سے بدون قید کے دودھ گائے کا مراد ہے کہ موافق
ترین غذاؤں کا ہے۔ جس شخص کے مزاج اور طبیعت سے واقفیت کرے۔
اور بعد دودھ کے گوشت اور انڈے نیم برشت مرغ کے۔ اور جس دودھ
میں جبنیت غالب ہے۔ وہ سرد اور ثقیل ہے۔ اور جس میں مائیت غالب
ہے۔ مدر اور مفتح اور نحیف اور جس میں دہنیت غالب ہے۔ وہ مسخن اور
ثقیل ہے ✣

قبل گذرنے چالیس دن کے ولادت سے چارپائے بسبب غلظت
اور نزدیک ولادت کے بسبب غلبہ مائیت استعمال جائز نہیں ہے۔ اور
آخر فصل بہار میں اوسط گرمیوں تک استعمال دودھ کا اولیٰ ہے بہتر دودھوں
میں دودھ تازہ دوہا ہوا جانور جوان موٹے اور صحیح المزاج معتدل قوام
سفید کا خالی مزہ اور بو سے غریب سے اور بہتر چارپاؤں کا ہے ✣
المضار۔ کثرت اسکی مورث حمیات اور مولد خون اور قروح اور جرب اور
حکہ اور وضع اور اورام روبیہ اور دمامیل اور ماشرا اور ریاح ان کے ہمراہ
مطلق دودھ قلیل ہو۔ یا کثیر واسطے اصحاب اورام باطنی کے مضر ہے اور

واسطے اعصاب اور امراض عصباتی کے خصوصاً بلغمی کے بھی ہر دن پے در پے مضر ہے۔ اور جہت وسومت کے سریع الاستحالہ بر خانیت اور صفرا اور خلط فاسد کا ہے۔ اور بیچ مکانوں گرم اور معدہ ضعیفہ کے سبب مضرت کا ہے اور موافق ہے سوداوی مزاجوں کو اور یابس مزاجوں کو اور افیون کھانیوالوں کو اور مقدار قلیل اس کا بیچ غذاؤں کے اور کثیر اس کا بیچ تلیئن اور اسہال کے قوی تر ہے۔ اور جمع رہنا دودھ کو ساتھ گوشت اور انڈے مرغ اور مچھلی اور مولی اور پیاز اور تازہ میووں کے اور حبوب وغیرہ کے اور اوپر دودھ کے جب تک کہ منخدر نہ ہو کوئی چیز کھانا یا سونا سب مفسد دودھ کے ہیں اور باوجود اخلاط فاسدہ کے بدن میں اور باوجود امتلا کے خشک جانتے ہیں۔ اور بد متولد جانور اہلی کا کثیر الدسومت اور ثقیل ہے۔ اور جانور وحشی کا قلیل الدسومت اور خفیف ہے +

افعال وخواص۔ مجموع دودھ جانوروں کا جالی اور دافع اخلاط سوختہ اور مقوی اور مسمن اور موافق امزجہ حارہ یابسہ کو ہے۔ جس وقت کہ معدے میں صفرا ہووے۔ اور قطوران کا واسطے رمد اور اکثر امراض چشم کے لئے اکیلا یا ساتھ شیافات کے اور ادویہ مناسبہ کے نافع ہے۔ اور طلا کرنا سب اقسام دودھ کا موافق ورم مقعد کے اور قرحہ مثانہ اور اورام عانہ اور رحم کے حافظ رطوبات اصلیہ اور باعث طول عمر اور مسمن و محرک باہ خصوصاً بھینس کا ساتھ شکر کے +

السموم۔ فادزہر سموم قتالہ کا ہے۔ اور واسطے پینے ارنب بحری اور شوکران اور بنگ اور ذراریح۔ اور شالنسیا اور خربق اور خانق الذئب اور خانق النمر اور جمیع ادویہ اکالہ اور معفنہ وغیرہ کے نافع ہے +

الرّ نفیت ۔ طلا اس کا جالی آثار نمش کا اور پینا اس کا اچھا کرنیوالا رنگ خساروں کا خصوصاً ساتھ شکر کے اور فربہ کرنیوالا بدن کا خصوصاً شیر برنج اور فرنی اس کی خصوصاً امزجہ حارہ یابسہ اور طلاء ماء الجبن کا جالی کلف اور آثار جلبہ کا ہے اور پینا اس کا بھی +

الاورام والنشور ۔ پینا ماء الجبن کو ساتھ ہلیلہ کے جرب کے واسطے اور حکہ کے نافع ہے ۔ اور اطبائے ہند سب دودھوں کو کچا کھانا مورث امراض مختلفہ جانتے ہیں ۔ مگر دودھ عورت اور گدھی کا اور بعض لوگ دودھ گائے کا تازہ دوہا ہوا کہ ابھی پستان کی گرمی اس میں باقی ہو بہت نافع قبل الحیات سے جانتے ہیں ۔ اور سوائے اس کے دوتین دودھ خصوصاً دودھ بکری کا کہ جوش کیا ہو بہتر جانتے ہیں ۔ اور طریق اس کے جوش کرنے کا یہ ہے ۔ کہ بقدر چوتھائی اس کے پانی شیریں خالص داخل کر کے آگ ملائم پر جوش دیں ۔ یہانتک کہ پانی جاتا رہے ۔ اور دودھ باقی رہ جائے ۔ پس بعد سرد ہونے کے نوش کریں ۔ اور بھی ہر دودھ کو بعد اسکے کہ وہ دوہنے سے دو ساعت اور بعضے چار ساعت رکھتے ہیں گزری ہو کھانا اس کا بد جانتے ہیں ۔ اور اسی طرح دودھ جانور کا کہ تازہ بچہ اس کا مرا ہوا یا حمل ساقط ہوا ہو ۔ اور بہت دبلا یا مریض یا حاملہ یا تازہ جنی یا قریب یا انقطاع کو بھی زبون کہتے ہیں ۔ لیکن آخر حمیات میں نافع جانتے ہیں اور رافع قبض بطن اور سوزش آنکھ اور یبس دماغ اور لاغری اور ضعف بدن اور پیری اور آلات اور اعضائے تناسل کو مفید ہے ۔ اور جو دودھ کو ساتھ ہموزن اس کے یا زیادہ پانی کے پئیں ۔ تو ادرار بہت کرتا ہے ۔ اور مجاری کو صاف کرتا ہے +

گدھی کا دودھ واسطے درد کان اور خشکی آنکھ و درد چشم اور ضعف دماغ

کے ہر طرح نافع ہے۔ بطور سعوط و قطور اور طلا و پینے میں نفع دیتا ہے۔ اور غرغرہ اس کا و مضمضہ واسطے خناق اور ذبحیہ و اورام حلق و درد دانت اور مسوڑھوں کے مفید ہے۔ نبذق اور سل والوں کو بھی ہر طرح مفید ہے۔ اور واسطے حمیات حارہ اور امراض نزال حارہ سببی کے اور واسطے سرفہ اور عسر نفس اور لہیب و نزلات گرم کے اور واسطے نفث الدم کے خصوصاً ساتھ کہربا و کتیرا اور طین مختوم پوست بیخ الخبازا اور گوند ببول کے بہت مفید ہے۔ اور ملین بطن ہے۔ اور واسطے استسقائے حار اور سلابت طحال اور التہاب دم اور صفرا کے نافع ہے۔ اور حقنہ اس کا واسطے اسہال الدم کے اور واسطے زخم امعا اور رحم کے خصوصاً ساتھ ادویہ قوابض کے اور قطور اس کا احلیل میں اکیلا واسطے حرقتہ البول کے اور ساتھ دم الاخوین اور گل ارمنی و روغن کدو کے واسطے قروح مجاری بول کے نافع ہے۔ اور بدستور پچکاری اس کے برائے سوزاک بہت مفید ہے +

گائے کا دودھ اور اسکے افعال و خواص۔ مفتح جالی و سریع الہضم و کثیر الغذا ہے۔ پینا دودھ تازہ دوہا ہوا کہ سرد ہوا ہو مقوی جوہر دماغ اور مرطب اس کا اور رطوبات اصلی اور رافع نسیان و مالیخولیا اور وسواس و نیک کرنیوالا رنگ رخساروں کا اور رافع امراض بینی قطور اور طلا اسکا واسطے اکثر امراض میں حتی مایوس العلاج کے نافع ہے۔ اور اس کی مداومت سے صحت پاتا ہے۔ اور ساتھ کند کے واسطے ناخنہ اور سبل اور سرناق کے مفید ہے +

اعضاء الصدر و الغذا و النفس۔ پینا اس کا گرم گرم تازہ بتازہ واسطے ضعف قلب اور رافع غم اور خفقان و ہول دل اور قرحہ ریہ اور سل کو کہ بدوں

تپ خلطی کے ہو اور سیح امعا کو مفید ہے۔ اور ملین طبع اور مولد منی اور فربہ کرنے والا جسم کا ہے۔ اور شیر برنج رقیق جید الطبخ کا ساتھ شکر کے ملین طبع ہے۔ اور دافع قولنج یابس ثقلی اور زحیر سیبی کو نافع ہے۔ اور دودھ آہن تاپ یا سنگ تاپ مکرر داغ کیا ہوا رافع اسہال ہے۔ اور پینا اس کا ساتھ دو وزن اسکے پانی شیریں خالص ممزوج کے مدر مقوی اور منقی مجاری بول خصوصاً ساتھ تھوڑی مقدار دو دانگ تنکار اور ایک درم نبات پیسی ہوئی کے نافع ہے +

اعضاء المفاصل و الاورام و البثور۔ طلا اس کا ساتھ سپیدہ قلعی کے واسطے نقرس اور اورام حارہ کے اور پینا اور طلا اس کا بھی واسطے جرب اور حکہ کے اور داد و جذام کے اور ملنا شیر برنج کا اوپر سر اقرح یعنی کچلی کہ دانے اس کے زخم کے سخت ہوئے ہوں۔ اور سر تراشی اس کے دشوار باقی ہو باعث ترقی کا ہے۔ لیکن چاہیئے کہ مقدار چھ سات ساعت کے بعد ملنے کے زخم ہوا ہو، گرم پانی کے ساتھ خوب دھو کر سر تراشی کریں۔ اور ساتھ افیون اور موم اور روغن زیتون کے مسکن وجع نقرس حار ہے +

السموم پینا تریاق سب زہروں کا ہے۔ اور دافع ان کی مضرتوں کا ہے اگر مکرر پئیں۔ اور قے کریں یہاں تک رفع غالہ زہر کا ہو وے اور واسطے ادویہ قتالہ اور زہر ہر قسم کے ہو اکیلا یا ساتھ مناسبہ کے مانند روغن آہو اور نارجیل بحری اور مانند ان کے نافع ہے +

الزینت۔ پینا مطبوخ اس کا ساتھ برنج کے بطریق شیر برنج اور فرنی کے واسطے طولعمرہ کے اور اچھا ہونے رنگ رخساروں کے اور ساتھ اخروٹ اور خرما کے واسطے فربہی گردہ ہے۔ اور بدن کے اور اچھا ہونے حسن کے اور تقویت باہ اور زیادتی منی کے مفید ہے +

کئی درجن حکماء کے آزمودہ دودھ سے متعلق مفید نسخہ جات

گرمی سے اگر درد سر کا عارضہ ہو تو آدھ سیر دودھ میں تین تولہ املی ایک گھنٹہ تک بھگوئیں (املی کو گرم پانی سے دھو کر بھگونا چاہیئے) پھر اُسے آگ پر جوش دیں جب پھٹ جائے تو پنیر پھینک دیں۔ اور وہ پانی مصری ڈال کر صبح کے وقت پیئیں۔ تین چار خوراک میں ہمیشہ کے لئے درد دور ہو جائیگا +

بلغمی درد ہو یا سردی کے سبب سر کا درد ہو۔ تو ایسے مکان میں بیٹھیں جہاں ہوا نہ لگے۔ اور گرم گرم دودھ سے سر دھوئیں۔ تو چند منٹوں کے اندر ہی درد کافور ہو گا +

درد شقیقہ۔ یعنی آدھا سیسی کا مریض ہو تو اُسے لازم ہے کہ دیگر ہر قسم کی غذا چھوڑ دے۔ اور دو دن تک ہر روز صبح و شام کو صرف دودھ[1] اور جلیبی کھائے۔ گرم دودھ میں جلیبیاں ڈال کر رکھ دیں۔ جب اچھی طرح ٹھنڈا ہو جائے۔ تو استعمال کریں۔ شرطیہ صحت حاصل ہو گی +

مرگی والا مریض اگر اونٹنی کے تازہ بتازہ تین پاؤ دودھ میں سرکہ انگوری چالیس تولہ ملا کر اُسے جوش دیں۔ اور اس کا پانی چھان کر چھ تولہ شربت زوفہ ڈال کر ہر روز صبح کے وقت نوش کیا کریں۔ اور روٹی کے ساتھ دونوں وقت آٹھ یا دس ماشہ تک (ایک وقت) بادام روغن کھائے تو ضرور شفایاب ہو گا +

سرسام کے لئے بھینس یا بھیڑی کا دودھ لیں۔ اور اس میں ماش کا آٹا گوندھ کر تل کے تیل سے چپڑ کر روٹی پکائیں۔ ایک جانب روٹی کا پکا لیں۔ دوسرا

[1] یہ واضح رہے کہ عام بیماریوں کیلئے دودھ کی کوئی قید نہیں۔ خواہ جس جانور کا ملے استعمال کریں خاص امراض سے متعلق خاص جانور کے دودھ کا ہم خود حوالہ دیں گے +

طرف خام ہی رہے۔ وہ گرما گرم روٹی (مگر ایسی کہ مریض کا جسم نہ جلے۔ بیمار کے سر پر رکھ کر باندھیں۔ تو اُسکو ہوش آجائیگی ؛

160 نکسیر ہو تو بکری کے خام دودھ میں برف ڈال کر اور شربت صندل ملا کر پئیں اور دودھ ٹھنڈے سے سر دھوئیں۔ دودھ کو بطور نسوار استعمال کریں۔ تو بہت فائدہ ہوگا ؛

161 آشوب چشم (آنکھیں دُکھنے آنا) بھیڑی کے دودھ سے روئی کے گالے تر بتر کر کے رات کو آنکھوں پر رکھیں۔ دودھ آدھ سیر میں چار تولہ گھی یا ڈیڑھ تولہ بادام روغن ملا کر صبح کے وقت پئیں ؛

162 بوہڑ کا دودھ تین چار قطرے آنکھوں میں ڈالنے سے بھی سُرخی اور درد دور ہو جاتا ہے۔ (یہ نسخہ ہمارا مجرب ہے ؛ گو ہم نے درختوں کے دودھ کا ہنوز تذکرہ نہیں لکھا)۔

163 چہرے کے ہر قسم کے داغ اور کیل بھی دودھ سے دور ہو جاتے ہیں۔ رنگ نہایت خوب صورت نکل آتا ہے۔ چہرہ چمک جاتا ہے۔ عورت اور گدھی کا دودھ ملا کر گاڑھا کر کے رات بھر لیپ کریں۔ صبح کو نیم گرم پانی سے دھوئیں۔ تو کیل و داغ دور ہو جاتے ہیں۔ اگر صرف گرم گرم دودھ سے تین چار دفعہ دن بھر منہ دھوئیں۔ تو چند یوم کے اندر دل آویز خوبصورتی حاصل ہوتی ہے ؛

164 خناق والا اگر آدھ سیر دودھ میں اتنا ہی پانی اور تین تولہ جو کے آٹے کا چھان اور دو تولہ توت کی نازک پتی جوش کر غرغرے کرے۔ تو خناق کا دنبل پھٹ جاتا ہے۔ اور جلد تر تندرستی حاصل ہوتی ہے ؛

165 یرقان کا مریض اگر ہر روز صبح کے وقت مادہ خنزیر کا دودھ پاؤ بھر لے اور

اس میں چار تولہ رُب انار ملا کر اُس کے ساتھ تین ماشہ سوڈا کھائے تو شفا پائے آٹھ دن تک استعمال کرے +

ضعف جگر والے کو اُونٹنی کا دودھ روزمرّہ صبح کو بقدر آدھ سیر مصری ملا کر پینا بہت فائدہ دیتا ہے +

ضعف دل کے لئے گھوڑی یا گدھی کا دودھ بطریق مندرجہ صدر استعمال کریں۔ لازم ہے کہ اُونٹنی۔ گھوڑی۔ گدھی کا دودھ تازہ بتازہ خام ہی پیئیں +

معدہ میں چکنائی جم گئی ہو۔ یا معدہ کی جھلی پر میل پیدا ہو گئی ہو۔ تو مندرجہ ذیل جلاب لینا چاہیئے +

نسخہ جلاب۔ ایک بڑا سا حنظل (کوڑتماں) سبز لائیں۔ اس پر دو روپیہ بھر کی گولائی میں شگاف دیں۔ اور اس کا تمام گودا نکال پھینکیں۔ بعد ازاں اُس میں بکری کا دودھ دوہیں۔ پھر اوپر ٹکڑا لگا کر چاروں طرف گوندھا آٹا لیپ کر کے گرم راکھ میں ایک گھنٹہ بھر دبائیں۔ پھر نکال کر وہ دودھ پی لیں دس بارہ دست کھُل کر اُتریں گے۔ جب تک دست آتے رہیں۔ پانی نہ چھوئیں جب طبیعت ہلکی ہو جائے اور بخوبی یقین ہو کہ اب معدہ کی تمام میل و چکنائی اُتر گئی ہے۔ تو ایک پیالی فالودہ کا پی لیں۔ یا صندل کا شربت چار تولہ ٹھنڈا پانی ملا کر پیئیں۔ دست بند ہو جائیں گے +

بواسیر والے کو گائے کا دودھ مفید ہے۔ اگر بواسیر بادی ہو تو گرم گرم دودھ کے ساتھ ڈیڑھ ماشہ گوگل یا دو ماشہ مغز کرنجوہ کا سفوف رات کو سوتے وقت کھلائیں۔ اگر بواسیر خونی ہے تو ہر روز صبح کے وقت آدھ سیر خام میں کوزہ کی مصری چار تولہ ملا کر چھ ماشہ سفوف سمندر سوکھ پھانک لینا چاہیئے شراب اور لال مرچ کا پرہیز ضروری ہے +

171 دست آرہے ہوں۔ تو بکری کے آدھ سیر دودھ خام میں لوہے کا دو سیر وزن کا باٹ آٹھ دفعہ آگ میں انگارہ سا کر کے بجھا کر پلانے سے بند ہو جاتے ہیں۔ یا پتھر اور اینٹ کو تپا کر دودھ پلائیں۔ تو بھی ایسا ہی مفید ہے +

172 **سوزاک** والا بکری یا گدھی کے پاؤ بھر دودھ میں ڈیڑھ پاؤ پانی اور پانچ تولہ شربت صندل ملا کر صبح کو اور دوپہر کو اور شام کو تین دفعہ ایک دن میں یہی وزن ہر دفعہ پیئے۔ تو سوزش اور جلن پیشاب کی موقوف ہوتی ہے +

173 ساتھ اگر پیپ اور ریم بھی جاتی ہو۔ تو پھٹکری سرخ بریاں کر کے ہر دفعہ دو ماشہ وزن پھانک لیا کرے +

174 **جریان و احتلام** کے لئے بھینس کے دودھ میں (آدھ سیر میں) چار تولہ شہد ملا کر ہر روز صبح کو چھ ماشہ کاہو پھانک لیا کریں +

175 **عورت کو پردھر روگ** کی بیماری ہو یعنی سفید پانی آتا ہو۔ تو ہر روز کھانا کھانے کے بعد رات کو آدھ سیر دودھ کے ساتھ چار ماشہ اسگندھ ناگوری کا سفوف کھائے۔ چالیس دن استعمال کرے۔ تو عمر بھر یہ مرض نہ ہوگا +

لبن الاشجار و نباتات

کتاب ہذا کے لئے میں نے عرصہ دراز سے کئی کئی طرح کا مسالہ جمع کر رکھا تھا مگر سال ہذا اِدھر اُدھر چکر لگاتے ہی گزرا۔ جس کے سبب کچھ مسودہ کسی شہر میں اور کچھ نوٹ بکیں کسی اور مقام میں دھری کی دھری رہ گئیں یہ سب مضامین یادداشت ہی کی مدد سے لکھنا پڑے۔ اس لئے ترتیب و تناسب بھی درست نہیں رہ سکا۔ ارادہ ہے کہ دوسرے ایڈیشن میں کافی اضافہ بھی کرونگا۔ نیز تمام نقص بھی نکال دونگا +

اب حیوانات کے دودھ کے ساتھ درختوں اور چند مشہور جڑی بوٹیوں
کے دودھ کی تاثیر بھی سطور ذیل میں لکھتا ہوں۔

(خاکسار مُصنّف)

پیپل کا دودھ۔ ہمارے خیال میں اس وجہ سے تمام اہل ہنود پیپل کو پوجتے ہیں۔ کہ اس میں قریب المرگ مریضوں کے شفا کا عنصر ہے +

غشی کا خواہ کیسا ہی مریض ہو۔ چاہے اُسے قرانیطس یا مرع کی وجہ سے بیہوشی لاحق ہو۔ یا ہول دل یا کسی سخت زہر یا نشہ کے سبب غش آجائے تو پیپل کا دودھ دو تین قطرہ اُس کے ناک میں ٹپکائیں۔ نیز دودھ کو ہموزن شہد میں گرم کر کے اسکی پیشانی پر لیپ کریں۔ تو فی الفور تندرستی حاصل ہو گی +

جس عورت کے بچے مرض ام الصبیان یعنی اٹھرا سے مر جاتے ہوں وہ عورت اگر وضع کے بعد چالیس دن تک پیپل کا دودھ روزمرہ چھ سات قطرہ صبح کے وقت تولہ بھر شکر میں ملا کر نیم گرم کھائے۔ تو اُس کا بچہ بیماری کے خطرہ سے محفوظ رہے گا +

درد گردہ کا کیسا ہی سخت درد ہو چھ سات ماشہ خشک پودینہ میں دس بارہ قطرہ دودھ ملا کر چلم میں بھر کے بطور تماکو پیئیں فی الفور درد کافور ہوگا

دردِ زہ سے عورت بیتاب ہو رہی ہو۔ تو تولہ بھر بھینس کے گوبر کو آدھ سیر پانی میں پکائیں۔ جب چند جوش آجائیں۔ تو چھان کر چار تولہ شہد اور دس بوند (قطرہ) پیپل کا دودھ ملا کر پلائیں۔ نہایت آسانی سے طفل زندہ یا مُردہ (جیسا ہوگا) تولد ہوگا +

اگر سنکھیا سیاہ کو چار ہفتہ تک پیپل کے دودھ میں کھرل کریں۔ اور بقدر دانہ ماش (اڑد) گولیاں بنائیں۔ ہر روز صبح کو بھینس کے آدھ سیر دودھ

میں بجائے مصری کے ۴ تولہ شہد میں ملا کر ایک گولی کے ساتھ پئیں۔ تو ہر قسم کی نامردی جڑ سے دور ہو جاتی ہے۔ جریان و احتلام اور سرعت انزال کو بھی از حد مفید ہے +

بڑ کا دودھ۔ اگر غلہ گندم[1] کا تیل اور بڑ کا دودھ ہموزن ملا کر داد پر لگائیں یا برص و بہق کے داغوں پر لگایا کریں۔ تو دو ہفتہ کے استعمال سے وہاں پر مرض کا نام و نشان نہ رہیگا +

جریان منی اور سیلان رطوبت مستورات کیلئے یہ ایک بےنظیر اور زود اثر دوا ہے۔ ہر روز صبح کو ایک چھوٹے سے بتاشہ میں آٹھ دس قطرہ بڑ کا دودھ ڈال کر گائے یا بھینس کے خام دودھ سے پئیں +

نکسیر والے کو بطور قطور استعمال کرنا فائدہ بخشتا ہے +

بواسیر کے مسوں پر لگائیں۔ تو خون بند ہو جاتا ہے۔ اور اسکی ورم اور سوزش جاتی رہتی ہے۔ ایک سنیاسی کہتا تھا کہ اگر تولہ بھر پارہ دو تولہ بڑ کا دودھ اور تین تولہ شہد کھرل کر کے پاؤں کے تلوؤں پر لیپ کریں۔ اور ایک گھنٹہ کے بعد جماع کریں۔ تو جب تک ترشی نہ کھائیں۔ اور پاؤں سے دوائی گرم پانی سے دھو کر نہ اتاریں۔ انزال نہ ہوگا +

تھوہر (ہیر) کا دودھ۔ یہ دودھ نہایت قبض کشا ہے۔ اگر چھٹانک بھر چنا کی دال ایک شیشے یا چینی کی پیالی میں ڈال کر اوپر اس کے تھوہر[2] کا دودھ دو دو انچ تر بتر کر دیں۔ اور سایہ میں خشک کر کے کھرل میں باریک کر کے

---

[1] غلہ گندم کا تیل نکالنے کی ترکیب یہ ہے۔ کہ لوہار کی دوکان پر اہرن پر آدھ پاؤ بھر گندم رکھیں اور لوہے کو ایک پانچ سیر وزن کا باٹا نہایت سرخ تپا کر گندم پر زور سے دبائیں۔ تیل نکل آئیگا +

[2] ڈنڈا تھوہر کا دودھ لیں۔ اور تمام اقسام قتال ہیں۔ ڈنڈا بھی اگر تین کنگرے والی ہو تو بہتر ہے۔ ورنہ پانچ والی سہی +

کر بقدر دانہ ماش گولیاں بنائیں۔ رات کو ایک گولی گرم پانی سے کھائیں تو ہر قسم کے جوڑوں کے درد وریح کے ورم دور ہوجاتے ہیں۔ دیگر تمام بلغمی وریاحی بیماریوں کو مفید ہے۔ ایک گولی سے چھ سات دست آجاتے ہیں +

جب دست بند کرنے چاہو۔ تو آب دست کے بعد ہاتھ پاؤں اور منہ دھوکر کھچڑی کھالو +

تھوہر کا دودھ کتے کی ہر قسم کی کھانسی کا مجرب دوا ہے۔ چاہیئے کہ مرغی کا انڈا اوپر سے قدرے توڑلیں۔ اور اس میں چھ سات قطرہ دودھ تھوہر ڈالیں۔ وہ کتے کو کھلائیں۔ تین چار دفعے استعمال سے پرانی سے پرانی کھانسی بھی اڑ جائیگی +

آک کا دودھ۔ دانتوں یا ڈاڑھوں میں درد ہو۔ تو قدرے مقام درد پر رکھتے ہی آرام ہوتا ہے۔ لیکن مسوڑھوں پر نہ لگے۔ ورنہ ورم ہو جائیگا اور جڑ کمزور کردیگا۔ چند دفعہ مسوڑھوں پر لگائیں۔ تو دانت بلا دقّت خود بخود گر پڑتا ہے +

چاول ساٹھی کے دودھ میں خوب تر کرکے رکھ دو۔ سایہ میں خشک ہونے پر نہایت باریک پیس کر کپڑ چھان کرکے باحفاظت شیشی میں بھر دو۔ موسم سرما میں جس شخص کے سر میں بلغم اور ریزش سے درد ہو اس کو ذرا سی یہ نسوار دے دو۔ فوراً آرام ہوگا۔ مرگی والے کو بھی ہر روز یہ نسوار چڑھانا مفید ہے۔ علاوہ اس کے زکام و نزلہ بھی اسی سے دور ہو جاتے ہیں۔

آک کا دودھ و شہد و روغن گاؤ تینوں ہموزن لے کر ایک پہر کھرل کریں۔ بعد ازاں شیشی میں ڈال کر رکھ لیں۔ مجلوق کے لئے ہر روز رات کے وقت صرف ایک ماشہ کی مالش نہایت قوی الاثر ہے بلا ناغہ دس دن

تک کام میں لائیں۔ اوپر سے برگ پان یا ارنڈ یا پیپل یا بھوج پتر رکھ کر کچے سوت سے باندھنا چاہیئے۔ تا استعمال نہانے دھونے کا پرہیز ہے +

۱۹۲ آک کا دودھ ایک تولہ۔ روغن گاؤ دو تولہ۔ روغن کنجد ۴ تولہ گرم کر کے جوڑوں کے درد والے کو بطور مالش استعمال کرائیں۔ مفید ہے +

۱۹۳ آک کا دودھ اور شیشہ نمک ہر دو مساوی الوزن لے کر کوزہ گلی میں ڈالیں۔ اس کا منہ بند کر کے سیر بھر اُپلوں کی آگ دیں۔ بعد سرد ہونے کے نکال لیں۔ نمک جل کر سیاہ ہو جائیگا۔ اس کو پیس کر رکھ چھوڑیں۔ جس شخص کے دانتوں میں کیڑا لگ جائے۔ یا باعث مادہ مرطوب کے درد دانت کسی قسم کا ہو۔ ذرا سا لے کر بطور منجن کے دانتوں پر ملیں۔ اور منہ ڈھیلا چھوڑ دیں۔ تاکہ تمام پانی خارج ہو جائے۔ اوپر سے گرم پانی کی کلی کریں درد دُور ہوگا +

۱۹۴ روئی دھنی کا گالہ دودھ تر کر کے سایہ میں خشک کریں۔ بعد ازاں اُس کی بتی بنا کر چراغ روشن کریں۔ اور کاجل چینی کے پیالہ میں جمع کر کے اُتار لیں۔ اس کو بطور انجن رات کے وقت دو سلائی آنکھوں میں لگائیں تو ککروں کو اور پڑبال کو از حد مفید ہے +

۱۹۵ آنکھوں سے رقیق پانی گرتا ہو۔ یا میل جم جاتی ہو۔ تو بھی فائدہ کرتا ہے +

علاوہ ازیں سنکھیا سفید و زرد اور ہڑتال طبقی کا کشتہ بھی آک کے دودھ میں بہت تحفہ تیار ہوتا ہے +

۱۹۶ **جل دھنیا**۔ دھنیا کی شکل وصورت کی یہ ایک نبات ہے جو کہ ماہ ساون بھادوں میں نہروں کے کنارے ہوتی ہے۔ اس کا دودھ طاعون کے

لئے بمنزلہ اکسیر کے ہے +

ترکیب استعمال یہ ہے۔ کہ جدوار کا سفوف کرکے آٹھ دن تک اس کے دودھ میں تر بتر کریں۔ لعبد ازاں سایہ میں سکھا کر رکھ لیں۔ طاعون کے مریض کو ایک دن میں تین دفعہ (صبح دوپہر شام) عرق مکو کے ساتھ بقدر ایک ماشہ ایک وقت میں کھلائیں +

نسترن۔ فارسی میں اس کو نسترن کہتے ہیں۔ اس کا دودھ پیشانی پر ضماد کرتے ہی ہر قسم کا درد کافور ہوجاتا ہے۔ اور گرم پانی میں ملا کر دس بارہ قطرہ پیئں۔ تو قے اور ہر قسم کی ہچکی فی الفور جاتی رہتی ہے +

صاحب اختیارات نے لکھا ہے۔ کہ اگر کلف پر ضماد کریں تو اس کا نشان تک زایل کر دے۔ اور اگر کوئی شخص اس کا دودھ خشک کرکے ہر روز دو ماشہ دودھ بھینس خام کے ساتھ کھائے۔ دو سال بعد ۴۰ دن استعمال کرتا رہے۔ تو دو سو سال کی عمر تک اسکی جوانی برقرار رہتی ہے اور کوئی بال سفید نہیں ہوتا۔ تمام قوا اور اعضا مضبوط رہتے ہیں +

دودھ کے پُرلطف کھانے اور مٹھائیاں

علاوہ دیگر

کئی ایک لذیذ و پُرمزہ نمکین چیزیں

شیرین پلاؤ۔ یہ پلاؤ راجہ۔ بابو امیر لوگ ہی بنوا اور کھا سکتے ہیں۔ خصوصاً ایسے زمانہ میں جبکہ دن بدن گھی اور دودھ بعینہ عنقا ہوتا جا رہا ہے!

چاول نہایت تحفہ آدھ سیر۔ مصری تین پاؤ۔ گھی تین پاؤ۔ دودھ آٹھ سیر +

ترکیب۔ چاول ایک گھنٹہ پہلے بھگو دیں۔ دودھ کو کڑاہی میں جوش دیں۔ جب چھ سیر دودھ رہ جائے۔ تو نصف دودھ جُدا کر کے اس میں چاول ڈال کر پکائیں۔ آگ تیز رکھیں۔ بقایا آدھا دُودھ دوسرے چولہا پر پکاتے رہیں۔ بیس منٹ تک وہ چاول تمام دودھ پی لینگے۔ اس وقت اس جوش کھاتے دودھ سے آدھا پھر ڈال دیں۔ جب وہ بھی خشک ہو جائے تو دوسرے دیگچہ میں گھی آدھ سیر سرخ کر کے چاولوں کو خوب بھونیں۔ بعد ازاں مصری باریک کر کے ڈالیں۔ پھر بقیہ سب دودھ ملائیں۔ اوپر پاؤ بھر بچا ہوا گھی شامل کریں۔ اور ایک لمبا چوڑا تولیہ بھگو کر چار یا آٹھ تہ کر کے دیگچہ کے منہ پر ڈال کر ڈھکنا رکھیں۔ اس پر موٹے موٹے انگارے رکھ دیں۔ ڈیڑھ گھنٹہ بعد کھول کر تمام پلاؤ کسی تھال میں ڈال دیں۔ نہایت تحفہ پلاؤ تیار ہوگا۔ اُس وقت چاہیں۔ تو مشک یا گلاب بید مشک کا روح ملا کر معطر کر لیں۔ چاہیں تو یہی پلاؤ چھ ماشہ تک زعفران گھول کر ملائیں تو زعفرانی بن جائیگا۔ دانہ سے دانہ آپس میں نہ ملے گا+

عام کھیر کی ترکیب۔ دودھ پانچ سیر۔ چاول پاؤ بھر۔ کھانڈ ڈیڑھ پاؤ۔ اُدھر چاول بھگوئیں۔ اِدھر دودھ کو آگ پر پکائیں۔ جب سیر بھر دودھ جل جائے تو چاول ڈالیں۔ اور چمچہ سے ہلاتے رہیں۔ جب چاول گل کر اور کم ہو کر یک جان ہو تب الائچی اور عرق کیوڑہ ڈال کر چند منٹ کے بعد نیچے اُتاریں۔ اور کھانڈ ملائیں۔ جی چاہے تو اس وقت طشتریوں میں ڈال کر چاندی کے ورق اوپر جما دیں+

کھیر روا۔ روا یعنی سوجی تین چھٹانک۔ دودھ ڈھائی سیر۔ گھی تین چھٹانک کھانڈ پاؤ بھر۔ پہلے سوجی کو گھی میں بھون لیں۔ بعد ازاں دودھ کھولتے

ہوئے میں ڈال کر کھیر پکا کر نیچے اتار کر کھانڈ ملائیں۔ یہ نہایت ہلکی اور لطیف غذا ہے۔ ضعف معدہ کے مریضوں کو جلد ہضم ہوتی ہے +

گھیئے کی کھیر۔ کدو لانبا چھیل کر اسکے اندر سے بیج نکال دیں پھر اس کو کدو کش کر کے برتن میں آگ پر اس قدر پکائیں۔ کہ گھیا گل جائے۔ اس وقت سیر بھر گھیئے کے واسطے چھ سیر دودھ ڈال کر خوب گھوٹتے جاؤ (آنچ دھیمی رہے) جب دودھ اور گھیا یک ذات ہو جائیں۔ تب تین پاؤ کھانڈ اور آدھ پاؤ گھی کا بگھار لگا کر سرد کر لیں۔ اور بید مشک یا کیوڑہ کا روح چھڑک کر کھائیں + اکثر لوگ اس میں آٹھ دس تولہ تک چاولوں کا آٹا بھی ملا لیا کرتے ہیں

کھیر مکھانہ۔ پاؤ بھر مکھانہ کو پانی میں قدرے ابالیں۔ جب نیم پخت ہو جائیں تو پانچ سیر جوش کھاتے دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ لکڑی کا یا چاندی کا چمچہ ہلاتے رہیں۔ جب گاڑھی کھیر بن جائے۔ تو آدھ سیر کھانڈ ملا کر کھائیں +

کھیر چرونجی۔ دودھ چار سیر۔ چرونجی تین پاؤ۔ چینی آدھ سیر۔ دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ جب عمدہ طور سے گل جائیں۔ تو نیچے اتار کر چینی ملا کر کھائیں

کھیر بادام۔ کھیر پستہ۔ کھیر خشخاش۔ کھیر مغز خیارین

یہ چاروں مندرجہ ذیل ترکیب سے پکائی جاتی ہیں +

دودھ چار سیر۔ اور جونسی کھیر بنانی ہو وہ چیز آدھ سیر لیں۔ بادام کے مغز ہوں۔ تو ان کا چھلکا اتار لیں۔ پستہ مغز ہو۔ تو گرم پانی سے دھوتے ہی اس کا باریک سا چھلکا الگ ہو جاتا ہے۔ بادام کے مغز ذرا دیر کھولتے ہوئے پانی میں پڑے رہیں۔ تو چھلکا اترتا ہے۔ بعد ازاں چاقو سے جو جو بھر تراش کر دودھ میں حسب ترکیب تمام کھیروں کے پکائیں۔ دیگر مغزیات یا خشخاش صرف گرم پانی سے دھو کر مسلم ہی ڈال کر پکانا چاہیئے +

دیسی کھانڈ یا اُسکی مصری نیچے اتار کر ملائیں۔ اور یہ ہمیشہ یاد رہے
کہ ہر قسم کی کھیر میں میٹھا نیچے ہی اتار کر ملانا چاہیئے۔ اگر اوپر پکاتے وقت ملائیں
تو دودھ پھٹ جاتا ہے۔ کھانڈ فی سیر ڈیڑھ چھٹانک کے حساب سے کافی ہوتی ہے
فائق کھیر۔ یہ نہایت لذیذ اور شان کی کھیر ہے۔ ترکیب یہ ہے۔ کہ چاول بہت
اچھے پاؤ بھر لے کر تین گھنٹہ تک سیر بھر گلاب کے عرق میں بھگوئیں۔ بعد ازاں
نکال کر کسی تولیہ میں باندھیں۔ تاکہ خشک ہوجائیں۔ اُس وقت پاؤ بھر گھی میں
خوب سُرخ بھون لیں۔ پھر تین سیر دودھ بھینس میں نہایت اچھی طرح
گلائیں۔ اور نیچے اتار کر پانچ چھٹانک کھانڈ ملائیں۔ اور طشتریوں میں
ڈال کر کیوڑہ کا رُوح چھڑک کر اوپر ورق چاندی یا سونا کے جمائیں۔ سب سے
اُوپر پستہ مغز کی کترن ڈال کر ٹھنڈی ہونے پر تناول فرمائیں +
نیشکر کے رس کی کھیر۔ تین سیر رس میں پاؤ بھر چاول ڈال کر پکائیں۔
جب گاڑھی ہوجائے۔ تو سیر بھر دودھ شامل کریں۔ جب تیاری پر آوے
تو کشمش چھٹانک بھر اور ناریل چھیلا ہوا اور باریک کترا ہوا آٹھ تولہ ملائیں
اور نیچے اتار کر سرد ہونے پر کھائیں +
آڑو کی کھیر۔ آڑو کو چھیل کر اور گٹھلی نکال کر پکائیں۔ دودھ کا وزن چار سیر
اور گٹھلی نکالے ہوئے آڑو تین پاؤ ہونے چاہیئں۔ باقی ترکیب مندرجہ صدر ہے
مولی کی کھیر۔ مولی کو کدوکش کر کے بیسن کے آٹے سے آٹھ دفعہ اور باریک
شدہ دھنیا سے دس دفعہ دھوئیں۔ تاکہ اُسکی بُو دور ہوجائے۔ پھر اُبال کر گلا
ڈالیں۔ جب گل جائیں تو اچھی طرح نچوڑ کر دس گنا دودھ میں پکائیں۔ اور
میوہ جات و عرق بید مشک یا کیوڑہ بھی حسب ضرورت ڈالیں۔ تیار ہونے پر
نیچے اتار کر مولی کے وزن سے ڈھائی گنا کھانڈ ملا کر کھائیں +

اسی طرح شکر قند۔ گاجر۔ سنگھاڑہ۔ آلو۔ اروی۔ کیلہ کی پھلی وغیرہ کی کھیر پکانا چاہیئے۔ ان تمام چیزوں میں میدہ اور سوجی کا جز موجود ہوتا ہے +

اناجوں سے اڑد کی دال۔ مونگ کی دال۔ چنے کی دال کی کھیر بھی چاولوں کی طرح پکائیں۔ باجرہ جوار مکی۔ جو مقشر۔ ساگو دانہ۔ گیہوں کی بریاں دلیہ یہ بھی بہت پُر لطف اور لذیذ کھیر بنانے کا مصالحہ ہیں۔ اس بات کا خیال رکھنا لازمی ہے کہ جو شئے ثقیل ہو۔ وہ بہت کم ڈالیں۔ اور دودھ زیادہ ملائیں یا کوئی شئے ہضم کرنیوالی ساتھ ڈال دیا کریں۔ مثلاً اُڑد کی کھیر میں ادرک یا سونٹھ اور مولی کی کھیر میں بجائے کھانڈ کے گُڑ ملانا بہتر ہے +

کھجوروں کی کھیر۔ تازہ بتازہ کھجوریں ملاکر ان کی گٹھلی نکال پھینکیں اور چاقو سے جو جو بھر کاٹ کر بحساب سیر بھر دودھ کے سوا پاؤ کھجور ملاکر پکائیں جب گاڑھی کھیر بن جائے۔ تو چھٹانک بھر فی سیر کے حساب سے کشمش سبز ملائیں۔ اور اچھی طرح گھوٹ کر مغزیات تراش کر سرد کر کے کھائیں۔ کھانڈ کی ضرورت نہیں +

انبرس کی کھیر۔ میٹھے قلمی آموں کا گودا آدھ سیر۔ دودھ سیر بھر ڈال کر بطریق مندرجہ بالا کھیر پکا کر کھایئے +

فرنی۔ دودھ چار سیر۔ چاول پاؤ بھر۔ کھانڈ ڈیڑھ پاؤ۔ رات کو چاول بھگوئیں صبح کو کونڈے کونڈے یا سل بٹے سے خوب باریک پسوائیں۔ بعد ازاں دودھ میں پکوائیں۔ ہر وقت چمچہ ہلاتے رہیں۔ کیونکہ کھیر میں اگر دس بیس منٹ کسی وقت چمچہ نہ ہلائیں۔ تو بھی پرواہ نہیں۔ مگر فرنی نہ بنے۔ تو گولیاں سی بن جاتی ہیں۔ جب گاڑھی ہو جائے۔ تو نیچے اتار کر کھانڈ ملائیں۔ اور فوراً ہی طشتریوں میں ڈال کر ورق چاندی سونا جما کر پستہ مغز تراشیدہ ڈالیں +

33 **کھیر بڑے۔** قسم اوّل کے چاول آدھ سیر۔ دودھ تین سیر۔ گھی تین پاؤ۔ کھانڈ تین پاؤ۔ اوّل دودھ میں چاول پکائیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے تو کسی تھال میں ڈال کر سایہ میں خشک کریں۔ بعدازاں آٹا بنالیں۔ پھر دودھ میں گوندھ کر بڑے بنائیں۔ اور گھی میں تل کر کھانڈ کا قوام بنا کر اس میں ڈالتے جائیں۔ بس کھیر بڑے تیار ہیں +

34 **کھیر کھنہ یا کھیر بلا۔** سیر بھر گاجروں کو کاٹیں۔ اور چھیل کر کدوکش کریں۔ پھر دیگچی میں ڈال کر منہ بند کر کے دھیمی آگ پر جلائیں۔ بعدازاں آدھ پاؤ چاولوں کا آٹا۔ اور تین سیر دودھ ملا کر پکائیں۔ جب کھیر کی مانند ہو جائے تو پاؤ بھر کھانڈ ڈال کر سرد کر کے کھائیں +

35 **طرز دیگر۔** گاجروں کو چھیل کر اور کدوکش کر کے ابال کر پھر دودھ اور چاول ملا کر پکاؤ۔ جب گاڑھا ہو جائے۔ تب پاؤ بھر فی سیر کے حساب سے ربڑی اور چار تولہ بادام روغن اور چھٹانک بھر پستہ مغز۔ آٹھ تولہ کشمش۔ دس تولہ ناریل۔ اور تین تولہ مغز چلغوزہ ملا کر تھوڑی دیر پکائیں۔ پھر نیچے اتار کر کھانڈ ڈالیں۔ اور ورق لگائیں +

36 **دولت کی چاٹ۔** بابو غلام نبی صاحب ملازم محکمہ سفری ڈاک لکھتے ہیں کہ جب میں بدل کر اول ہی دہلی گیا۔ تو ایک روز بازار کی سیر کرتے ہوئے دیکھا کہ ایک شخص رکابیوں میں کچھ سفید جھاگ سی چیز بیچتا پھرتا ہے۔ اور اس طرح اسکو جمایا ہے کہ رکابی سے چار چار انگل اونچی گاجر کی طرح اٹھی ہوئی ہے اور جب آواز لگاتا ہے۔ تو کہتا ہے "دولت کی چاٹ" نئی چیز دیکھ کر میرا دل بھی للچایا۔ پاس جا کر دام چکائے۔ تو بڑی رکابی ایک پیسہ کو چھوٹی دھیلہ کو تھی۔ میں نے بڑی رکابی خرید لی۔ کھانے کا طریقہ معلوم نہیں تھا۔ انگلی پر تھوڑا جو منہ

مارا۔ تو وہ چاٹ سب کی سب میری ڈاڑھی میں لگ کر رہ گئی شرماتے شرماتے میں نے پھر ایک اور رکابی خریدی۔ اور کھانے کا طریقہ پوچھا۔ تب انہوں نے بتلایا کہ صرف ایک انگل سے کھاؤ۔ جیسے فرنی چاٹا کرتے ہیں حسب الطریق جو میں نے چاٹا نہایت عمدہ اور پُر ذائقہ معلوم ہوئی۔ دولت کی چاٹ واقعی دولت کی چاٹ ہے۔ مجھے تو ایسی چاٹ لگی۔ کہ روپیہ مہینہ کی چاٹ چاٹ کھا جاتا تھا۔ جب شوق زیادہ بڑھا۔ تو اس کا بنانا سیکھا۔ اور عرصہ تک گھر میں بنا بنا کر کھاتا رہا +

دودھ کی جھاگ کی بنتی ہے۔ مگر لطف یہ کہ جھاگ کھرنے میں نہیں آتی +

ترکیب۔ فی سیر دودھ میں دو تولہ سمندر جھاگ کے اندر کا گودا باریک پیس کر ملادو۔ پھر دودھ کو متھو گے تو گاڑھی گاڑھی جھاگ اٹھیگی۔ پس یہ گاڑھی جھاگ جمائی ہوئی ہے۔ جو کھرتی نہیں (میٹھا نہیں ڈالا جاتا)۔

شیرمال۔ ان کو علاقہ جموں کشمیر کے پہاڑی لوگ بکثرت بناتے اور کھاتے ہیں۔ اس ملک میں اُسے کلاڑی کہتے ہیں۔ دہلی وغیرہ کی طرف شیرمال نامزد ہے۔ مگر پہاڑیوں کی کلاڑی اور شیرمال میں یہ فرق ہے کہ پہاڑی لوگ دودھ اٹا کر سیر کا ڈیڑھ پاؤ تک سکھا کر بعدہ ازاں میدہ میں گوندھتے ہیں اور دہلوی علاقہ جات کے خام دودھ سے بناتے ہیں +

ترکیب۔ سیر بھر میدہ میں میٹھا خمیر ڈیڑھ تولہ کے قریب ملا کر دودھ خام سے گوندھیں۔ اور اوپر سے ایک تولیہ بھگو کر لپیٹ دیں۔ دو گھنٹہ کے بعد جب تمام گوندھا ہوا میدہ خمیرا ہو جائے۔ تو روٹیاں بیل کر رکھ لیں۔ (میدہ سخت رہے تاکہ چکلے بیلنہ سے بیلی جائیں) پھر اُن پر گھی اور دودھ ملے جلے ہوئے کا ہاتھ پھیردیں۔ یعنی اُن کو چپڑ کر تنور (تندور) میں پکائیں۔

ایسی عقلمندی سے آگ پر رکھ کر پکائیں۔ کہ سُرخ رنگت پر آجائیں ✦

یہ روٹیاں پندرہ بیس دن تک ویسی ہی نرم کھانے کے لایق رہتی ہیں۔ اس کے بعد بھی تین چار ماہ تک کھا سکتے ہیں۔ مگر یا تو گرم گرم چار میں ٹکڑے کر کے ڈال دیا کریں۔ اور نرم ہونے پر کھائیں۔ یا اُن کو چاقو سے ٹکڑے ٹکڑے (روپیہ روپیہ بھر کے) کاٹ کر بطور آلو کے ترکاری بنا کر کھائیں۔ یہ ترکاری بہت لذیذ ہوتی ہے ✦

یہ روٹیاں جب دو ماہ سے زیادہ عرصہ کی ہوں تو بھربھری ہو جاتی ہیں۔ یہ ان کی پہچان ہے۔ قسم دوم اسکو لال روٹیاں کہتے ہیں۔ تمام ترکیب وہی اوپر والی ہے۔ صرف اس میں یہ فرق ہے۔ کہ خمیر نہیں ملایا جاتا ✦

38

پراٹھا شاہی۔ عام پراٹھا تو اکثر شہروں میں گھی یا تیل کا پکتا ہے۔ مگر یہ لذیذ اور سب سے عمدہ چیز ہے۔ ترکیب یہ ہے کہ میدہ سیر بھر سوجی آدھ پاؤ کو تین تولہ خمیر[۱] ڈال کر دودھ سے دو گھنٹہ تک بھگو کر گوندھ لو۔ مگر تین پاؤ دودھ میں پاؤ بھر پانی بھی ملا لینا چاہیے۔ بعد ازاں گھی میں قدرے نمک ملا کر گوندھے ہوئے میدہ کی روٹی بنا کر تہ بند کرتے جاؤ۔ اور ساتھ گھی ہر پرت پہ چپڑتے جاؤ۔ اسی طرح کئی دفعہ لوٹ پوٹ کر تمام رگ و ریشہ میں گھی پہنچاؤ۔ پھر توے پر گھی ڈال کر پکا لو۔ بس یہی شاہی پراٹھا ہے ✦

39

مٹھائیاں

1

رس گلہ۔ دودھ چار سیر آگ پر چڑھائیں۔ جب چند اُبال آجائیں اُس وقت

[۱] خمیر تیار کرنے کی یہ ترکیب ہے کہ پاؤ بھر میدہ کو تین تولہ سونف کے پانی میں تولہ بھر سوڈا ڈال کر گرم پانی سے گوندھو۔ سونف رات کو بھگو کر صبح رگڑ کر اس کا پانی چھٹانک بھر نکالو۔ یہی سونف کا پانی ہے اور پانی سادہ گرم کر کے شامل کرو۔ دو گھنٹے تک بھیگے کپڑے میں لپیٹ کر رکھنے سے خمیر تیار ہو جائیگا ✦

سوڈا دو تولہ ڈالیں۔ تاکہ دودھ پھٹ جائے۔ تو اس کا کھویا (ماوا) بنالو مطلب ہے کہ پھٹے ہوئے دودھ کا کھویا بنانے سے اسکی سختی باقی نہیں رہتی۔ پس جب کھویا بن جائے۔ تو موٹی موٹی گولیاں رس گلے کے مطابق گھی میں تل کر قوام میں ڈبو دیں۔ اور ایک گھنٹے کے بعد نکالیں +

گلگلہ شکر قند۔ شکر قند کو پکا کر اور چھیل کر لیئی سی بنالو۔ پھر قدرے کھانڈ اور قدرے کھویا ملا کر بطور گلگلہ تل لو۔ یونہی رتالو۔ آلو۔ سنگھاڑا۔ کچالو۔ وغیرہ کے بھی گلگلے بنائے جاتے ہیں +

گلگلہ کھویا۔ کھویا سیر بھر۔ نشاستہ تین تولہ۔ مغز بادام چار تولہ۔ مغز چلغوزہ ایک تولہ۔ دارچینی ۴ ماشہ۔ گھی پاؤ بھر۔ کھانڈ آدھ سیر +

بادام کے مغز اور چلغوزہ کے مغزوں کو باریک پیس کر کھویا اور نشاستہ میں ملا کر گوندھیں۔ پھر تل کر کھانڈ کے قوام میں ڈبوئیں +

گلگلہ دودھیہ۔ میدہ گھی ہر ایک سیر بھر دہی آدھ پاؤ۔ تینوں کو مخلوط کر کے خوب پھینٹو۔ بعد ازاں تین سیر دودھ کو اس قدر پکاؤ۔ کہ اچھا گاڑھا ہو جائے۔ جو کہ چمچہ پر لپٹنے لگے۔ تب آدھ سیر کھانڈ ملا کر سرد کر کے سب کو شامل کر لو۔ اور گھی میں تمام گلگلے تل لو +

گلگلہ دہی۔ بہت اچھی چکنا دہی سیر بھر۔ کھویا پاؤ بھر۔ میدہ خمیر شدہ آدھ پاؤ۔ تینوں کو یکجا کر کے گلگلے گھی میں تل کر چاشنی میں ڈبوئیں۔ یونہی پیٹھی ماش و نخود کے گلگلے بھی تیار کئے جاتے ہیں +

موتی گلگلہ۔ پانچ تولہ گھی سیر بھر میدہ میں ملا کر خوب لتھ کریں۔ بعد ازاں دس تولہ دہی ملا کر یکذات کریں۔ پھر تین سیر دودھ کو اس قدر پکائیں۔ کہ چمچہ پر لپٹنے لگے۔ پھر آدھ سیر کھانڈ شامل کر کے آگ پر پکائیں۔ اس وقت وہ

گھی و میدہ ملائیں۔ اور اچھی طرح لتھ کریں۔ (نیچے اتار کر) جب آبلہ ابھر آوے تب سیر بھر گھی میں گلگلے بنا کر تلیں +

گلگلہ برنج۔ سیر بھر چاول کا آٹا۔ اور دو سیر دہی۔ اور چار تولہ گھی ملا کر اچھی طرح یکذات کر کے سیر بھر گھی میں گلگلے بنا کے تلیں۔ بعد ازاں چاشنی میں ڈبو کر فوراً ہی نکال کر تھال میں رکھ لیں۔ کیونکہ زیادہ دیر ڈبونے سے ڈھیلے ہو جاتے ہیں +

کھجور دودھیا۔ میدہ سیر بھر۔ گھی آدھ سیر۔ کھانڈ نو چھٹانک۔ دودھ دس چھٹانک۔ اول کھانڈ اور دودھ گھولیں۔ پھر گھی اور میدہ یکذات کر کے گوندھیں اور چھوٹے چھوٹے پیڑے آڑو کی طرح بنا کر کھلے گھی میں تلیں۔ یہ نہایت عمدہ لذیذ اور خستہ کھجور بنیں گی +

نان خطائی۔ سیر بھر میدہ یا سوجی کا روا۔ آدھ سیر گھی۔ آدھ سیر کھانڈ۔ ہر سہ کو ملا کر دودھ سے گوندھیں۔ اور قدرے سوڈا ڈال کر خمیرہ کریں بعد ازاں ٹکیہ بنا کر اوپر پھر دودھ کا پوچارا دیں۔ اور ٹین کے تختہ پر رکھ کر کوئلوں کی آگ پر پکائیں۔ تختہ کے اوپر لوہے کے تھال رکھ کر کوئلے جلتے ہوئے رکھنا چاہیئے۔ جب خوب سرخ پک جائیں۔ تو آگ سے الگ نکال لیں +

متھرا کے پیڑے۔ عام شہروں میں دودھ کا کھویا بنا کر برابر وزن کھانڈ ملا کر پیڑے بنا کر بیچتے ہیں۔ مگر متھرا میں اچھے اچھے مشہور دوکاندار کھویا تیار کر کے اسکو گھی میں بھونتے ہیں۔ اور نصف وزن کھانڈ دیسی ڈال کر پیڑے بناتے ہیں۔ ساتھ الائچی دانہ بھی پیس کر ملاتے ہیں۔ اس واسطے وہ پیڑے انڈیا بھر میں قابل تعریف شمار کئے جاتے ہیں۔ سیر بھر کھویا کے لئے آدھ پاؤ گھی اور تولہ بھر الائچی دانہ کافی ہے۔ ان پیڑوں کو منھ کر سرد پانی ڈال گرم

گرما میں شربت پیئیں تو بہت مفید ہے +

قلاقند - سیر بھر کھانڈ کو پاؤ بھر پانی میں پکا کر چاشنی بناؤ۔ پھر کھرچن سے ہلا ہلا کر دانہ دانہ کر کے ڈیڑھ سیر کھویا گھی میں بھونا ہوا ملا کر پرات میں الٹ دو۔ ٹھنڈی ہو جائے۔ تو دو دو انچ موٹے اور لمبے چوڑے تسلے تراش کر پستہ مغز۔ اور چاندی کے ورق لگا کر ترتیب سے رکھو +

برفی - چار سیر کھانڈ کی چاشنی دو سیر پانی میں چار تار کی بناؤ۔ اسکے بعد دو سیر ماوا (کھویا) ملا کر تھال میں پھیلاؤ۔ جب ٹھنڈی ہو جائے۔ تو برفی کی شکل کے قتلے تراش کر رکھ لو +

گلاب جامن - دودھ کا کھویا سیر بھر سنگھاڑا کا آٹا پاؤ بھر ملاؤ اور دودھ کا چھینٹا دے کر ملاؤ۔ اور انڈے کی طرح کی گولیاں بنا کر روغن زرد میں تلو۔ اسکے بعد چاشنی میں ڈبو کے پروردہ کر لو +

لوز فالسہ - تین چار سیر وزن فالسے کپڑے میں باندھ کر ہاتھوں سے ملیں بعد ازاں وہ پانی آگ پر پکائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے۔ تو اسکے ہموزن ماوا (دودھ کا کھویا) ملا کر تھال میں جما دو۔ بعد ازاں ٹکڑے کاٹ کر ٹکڑا اچھا لو۔ یونہی انناس۔ ریباس۔ جامن اور سنگترہ کا لوز بنایا جاتا ہے +

سہال - سیر بھر میدہ میں ڈیڑھ پاؤ گھی اور آدھ سیر کھانڈ دودھ میں گوندھ لیں۔ اور تین چار تولہ خمیر یا دس ماشہ تک سوڈا ملا کر خمیر کریں اور تمام مسالحہ کو گھی کا ہاتھ لگا کر چرب کریں۔ ازاں بعد آٹھ روٹیاں بنائیں اور گھی میں تل کر سرخ کر لیں +

میٹھی کھچڑی - چاول اور دھلی ہوئی دال برابر وزن ملا کر چوگنے پانی میں پکاؤ۔ جب نصف پانی رہ جائے تو بحساب سیر بھر کھچڑی کے تین پاؤ کھانڈ

سیر بھر دودھ پاؤ بھر ملائی۔ تین تولہ مغز پستہ۔ پانچ تولہ مغز بادام۔ آدھ پاؤ
چھوہارے کتر کر ڈالو۔ اس وقت آدھ سیر گھی کا بگھار لگا کر دم پخت کر دو +

مہیسری۔ مکی یا جوار یا گیہوں یا باجرہ کی موٹی روٹی پکا کر سکھالیں۔ بعد
ازاں کھلی میں کوٹ کر چوگنی دہی (مٹھا) میں ڈال کر اس قدر پکائیں۔ کہ
گاڑھا سا لعاب بن جائے۔ اس وقت اس کے ہموزن کھانڈ اور نصف وزن
گھی ڈال کر کچھ عرصہ دم کر دیں۔ بعض امیر آدمی میٹھے کو عرق کیوڑہ یا گلاب
میں متھ کر ڈالتے ہیں۔ وہ لطیف بنتی ہے +

من سلوے۔ سیر بھر چاول پکا کر سکھالیں۔ پھر اُن کا آٹا پیس لیں
بعد ازاں تین پاؤ گھی میں بھون کر رکھ لیں۔ پھر کسی دیگچی میں پہلے خشکہ ایک
حصہ بچھالیں۔ اُس پر کھانڈ ہموزن چھڑکیں۔ اس پر آم کا رس تر یا خشک
ہموزن ڈالیں۔ پھر وہی میدہ پھر امرس یونہی تین تہ دے کر ازاں بعد دودھ
ملائی کی تہ دیں۔ اور دم پخت پکائیں +

سیویوں کی ترکیب

اہل ہنود تو دسہرہ۔ بساکھی۔ سلونوں وغیرہ کو پکا کر کھاتے ہیں۔ مگر
ہند کے اہل اسلام عید الفطر کے دن تو صرف یہی کھاتے ہیں۔ غریب سے
غریب بھی ضرور اس دن سیویاں ہی کھائیگا +

ترکیب۔ میدہ یا روا یا باریک آٹا گوندھ کر بناتے ہیں۔ اکثر عورتیں ہاتھ
کی چٹکی سے بٹ کر چاولوں کی طرح بناتی ہیں۔ بعض گھڑا اوندھا کر کے اُس
پر آٹے کا پیڑا رکھ کر دونوں ہاتھوں سے بٹتی ہیں (یہ رواج خصوصاً پنجاب
میں ہے) اور بعض لوگ گھوڑی سے بٹتے ہیں۔ گھوڑی کو چرخی اور پیچ بھی

پکارا جاتا ہے۔ گھوڑی میں چھلنی لگی ہوتی ہے۔ اس میں گوندھا ہوا آٹا ڈال کر اوپر
مونگری دبا کر پیچ گھماتے ہیں جسکی دب سے سیویاں چھلنی سے چھن کر نکلتی ہیں
جیسی باریک چھلنی ہوتی ہے۔ ویسی ہی باریک سیویاں نکلا کرتی ہیں۔ بہت
باریک کو "رومالی" کہتے ہیں۔ کیونکہ یہ رومال میں باندھ کر اُبلتے ہوئے پانی
میں غوطہ دے کر پکائی جاتی ہیں۔ موٹی سیویاں بھی دو تین جوش دیکر بانس کے
چھکو یا لوہے یا پیتل کی چھلنی میں الٹ دو۔ یہ اُبال ہوئی سیویاں دودھ اور
کھانڈ حسب ضرورت ملا کر کھاؤ۔ یا پانی کی بجائے بحساب فی سیر دودھ پاؤ
بھر سیویاں اور تین چھٹانک کھانڈ پکا کر کھائیں۔ مگر یاد رہے کہ کھانڈ نیچے اتار
کر ڈالیں۔ ورنہ دودھ پھٹ جائیگا +

رنگترہ دار سیویوں کی ترکیب۔ روے کی سیویاں درمیانہ میں (موٹی نہ
بہت باریک) لیکر گھی کھلا ڈال کر بھون لیں۔ پھر بحساب فی سیر سیویوں کے تین
سیر دودھ ڈال کر اس قدر پکائیں۔ کہ آدھ گلی ہو جائیں۔ تب کسی برتن میں
اُلٹ کر سنگترہ کا رس بقدر پاؤ بھر نچوڑ دیں۔ بعد ازاں اچھی طرح ہلا جُلا دیں
پھر کھانڈ تین پاؤ۔ ملائی آدھ سیر۔ مغز بادام۔ مغز پستہ۔ مغز چلغوزہ ہر یک
تین تولہ۔ کشمش ناریل مقشر ہر ایک چھ تولہ کتر کر ڈالیں۔ اور کیوڑہ کے عرق
میں بقدر تین ماشہ زعفران کشمیری حل کر کے مخلوط کریں۔ تاکہ رنگین ہو جائیں
بعض لوگ ان سیویوں میں کستوری کی خوشبو بھی داخل کرتے ہیں۔ مگر یہ موسم سرما
کے لئے درکار ہے۔ گرما میں ضرر کرے گی +

کھنڈیاں۔ سیویاں باریک ہوتی ہیں۔ کھنڈیاں موٹی موٹی فتلیاں ہوتی ہیں۔
ترکیب۔ میدہ یا آٹا یا سوجی باریک لیکر چھ گنا دودھ میں گھول کر
پکائیں۔ جب خوب گاڑھا ہو جائے۔ تب کسی پرات یا تھال میں الٹ کر جما

لیں۔ جب جم جائے تو چاقو سے باریک باریک تراش لیں۔ اور گھی میں تلکر سرخ کر لیں۔ بعد ازاں پھر چار سیر دودھ ڈال کر پکائیں۔ جب کھنڈیاں گل جائیں۔ تو سیر بھر کھانڈ اور پاؤ بھر گھی ڈالیں۔ پس یہ تیار ہیں۔ اکثر لوگ عرق لیموں و خوشبویات بھی ڈالتے ہیں +

چند حلوے

مونگ کا حلوا۔ مونگ کی دال دھلی ہوئی آدھ سیر کو رات بھر دو سیر دودھ میں بھگو کر صبح کو اور دودھ دو سیر ڈالیں۔ اور آگ پر اس قدر پکائیں کہ گل جائے پھر ایسی گھٹوائیں کہ دانہ کا نام و نشان نہ رہے۔ بعد ازاں پھر گھٹواتے ہی رہیں جب بہت گاڑھی ہو جائے۔ اس وقت تین پاؤ گھی اور تین پاؤ کھانڈ ملا کر حلوا بنا لیں +

چنے کا حلوا۔ چنے کا آٹا سیر بھر۔ گھی ڈیڑھ سیر خوب بھونیں۔ دوسرے چولہا پر تین سیر دودھ میں ڈیڑھ سیر کھانڈ گھول کر گاڑھا شربت بنائیں۔ پھر باہم ملا کر پکائیں۔ جب سخت ہونے پر آوے۔ تو مغز پستہ۔ مغز بادام مقشر اور کشمش وغیرہ حسب خواہش ڈال کر آگ سے نیچے اتار کر کھائیں +

دوسری ترکیب۔ چنے کی دھلی ہوئی دال سیر بھر رات کیوقت تین سیر دودھ میں بھگوئیں۔ صبح کیوقت اور پانچ سیر دودھ ڈالکر آگ پر پکائیں جب دال گل جائے۔ تو لکڑی کے دستہ سے ایسا گھوٹو کہ دال کا نام و نشان نہ رہے جب پک کر گاڑھا سا کھویا ہو جائے۔ تو سیر بھر گھی ڈال کر خوب بھون لیں اور ڈیڑھ سیر کھانڈ ملا لیں +

چاولوں کا حلوا۔ چاول کا آٹا آدھ سیر۔ گھی پاؤ بھر۔ کھانڈ۔ اچھٹانک اول کھانڈ

میں سیر بھر پانی ڈال کر آگ پر ایک دو جوش دیکر شربت بنا رکھیں پھر گھی اور آٹا بھونکر وہ شربت گرم گرم ڈالیں۔ جب گاڑھا حلوا ہو جائے۔ تو مغزیات وغیرہ شامل کر کے آگ سے نیچے اتار لیں +

دیگر ترکیب۔ عمدہ قسم کے چاولوں کا آرد سیر بھر۔ گھی آدھ سیر ڈال کر اچھی طرح بھون لیں۔ بعد ازاں سیر بھر قلاقند قسم اول کو دو سیر دودھ میں گھول کر اس میں ملائیں۔ اور دھیمی آنچ پر پکاتے جائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے۔ تو دانہ الائچی سفید۔ زعفران۔ جلوتری وغیرہ ملا کر کھائیں +

20

حلوا نخود بریاں۔ بھنے ہوئے چنے سیر بھر لے کر اُن کا آٹا بنائیں۔ بعد ازاں اس قدر پانی میں گھولیں کہ شہد کی طرح ہو جائے۔ تب مصری سیر کو ڈیڑھ سیر دودھ میں گھول کر شربت بنالیں۔ اور نرم آگ پر قوام تیار کریں۔ پھر اُس بھنے ہوئے آٹے کے چار حصے کریں۔ ایک حصہ قوام میں ڈال کر پکائیں۔ جب وہ جذب ہو جائے تب دوسرا پھر تیسرا۔ اور چوتھا حصہ ڈال کر یکذات کریں۔ جب کل چنے کا آٹا اور دودھ مصری یکجان اور گاڑھے ہو جائیں۔ اُس وقت ڈیڑھ سیر گھی میں ڈال کر حلوا بنالیں۔ اتارتے وقت چند منٹ پہلے دو دو تولہ مغز چلغوزہ مغز پستہ مغز بادام کتر کر پھیلائیں جی چاہے تو چاندی کے ورق چسپاں کریں +

21

حلوا نشاستہ۔ نشاستہ کو چہار چند پانی میں گھول کر ٹکاویں۔ جب چند عرصہ میں نشاستہ تہ نشین ہو جائے۔ اور اوپر کے پانی کا رنگ نیلا ہو جائے۔ تو پانی اوپر نتھار کر پھینکدیں۔ بعد ازاں اسی قدر پانی ڈال کر پھر دھوئیں۔ غرضیکہ تین چار دفعہ یوں دھو کر آخر میں صافی سے چھانکر دیگچی میں ڈالیں۔ اور گھی ہموزن ڈال کر اچھی طرح بھونیں۔ بعد ازاں ڈیوڑھی وزن کھانڈ شیرہ بنا کر ڈالیں۔ اور کفگیر ڈال کر پکاتے رہیں۔ جب بستہ ہو جائے۔ تو اُتار کر مغزیات ملائیں اگر

22

حلوا زرد بنانا ہو۔ تو قدرے زعفران بھی شامل کریں۔ امیر لوگ بجائے پانی کے دودھ اور کھانڈ ملاتے ہیں۔ وہ نہایت سفید اور صابونیہ حلوا کہلاتا ہے اسی واسطے ہم نے یہ حلوا درج کیا ہے +

علاوہ متذکرہ بالا دہی اور پنیر۔ بادام مغز اور خشخش کا اور ہر قسم کے میوہ جات کے حلوے دودھ میں بنائے جا سکتے ہیں۔ خود ہر انسان ہماری مذکورہ بالا ترکیبوں کے بعد اس علم میں ماہر ہو سکتا ہے اور جس چیز کا حلوا چاہے بنا سکتا ہے +

نمکین چیزیں

یہ واضح رہے کہ دودھ ہی کی دہی یعنی مٹھا بنتا ہے۔ اور پنیر بھی دودھ کا چھاچھ بھی۔ اس لئے ان اشیاء سے جو جو نمکین شے تیار ہوتی ہے اسکا اندراج کتاب ہذا میں ضروری ہے +

دال بادشاہ پسند۔ ارہر کی دال یا اُرد (ماش) کی خواہ جونسی ہو۔ آدھ سیر لال مرچ نمک ہر ایک دو تولہ۔ ہلدی ۶ ماشہ۔ پیاز لہسن۔ دھنیا ہر ایک چودہ ماشہ اوّل تمام مصالحہ کو کونڈی ڈنڈے سے باریک کریں۔ پھر تین چھٹانک گھی میں مصالحہ بھونکر دال کو بھونیں۔ یہ یاد رہے کہ تمام مصالحہ جات کو باریک گھوٹ کر اُن سے دگنا وزن پانی ڈال کر بھوننا چاہیئے۔ ورنہ مصالحہ اندر سے کچا رہ جاتا ہے جب دال بھونی جائے۔ تو آدھ سیر دہی ڈالیں جس وقت دال گل جائے اس وقت تین تولہ امچور باریک پیسکر ڈالیں۔ اور ایک ساعت آگ پر رکھکر تھوڑا سا گھی سُرخ کیا ہوا ڈالیں۔ اور تین عدد لیموں کاغذی نچوڑ کر دم بند کر کے اُتار رکھیں +

دیگر عمدہ قسم۔ آدھ سیر دال کو سیر بھر دودھ میں تولہ بھر سوڈا ڈال کر بھگوئیں چار گھنٹہ کے بعد نکال کر پاؤ بھر گھی میں بھونیں۔ بعد ازاں تمام مصالحہ متذکرہ

اور چھ ماشہ زیرہ سیاہ دو تولہ امچور یہ بھی پانی میں علیحدہ گھول کر آہستہ آہستہ وہی پانی
ڈال ڈال کر بھونیں حتیٰ کہ گلنے کے قریب ہو جائے۔ اس وقت آدھ پاؤ دودھ
کی تازہ نرم نرم ملائی کا چھونک لگا کر دم پخت کر کے رکھ دیں۔ ایک گھنٹہ کے
بعد کھائیں۔ نہایت ہی لذیذ ہوگی +

دال نخود۔ رات کو چنے کی دال دگنے وزن دودھ میں بھگوئیں۔ صبح کو نہایت
باریک گھٹوائیں۔ بعد ازاں چار گنا پانی ڈال کر ابالیں۔ جب تمام پانی خشک
ہو جائے۔ تو بقدر مناسب وہی مندرجہ صدر مصالحہ جات اور قدرے ہینگ
اضافہ کر کے اول دال کو بموزن گھی میں بھون کر پھر وہ مصالحہ بھونیں۔ بعد
ازاں قدرے پانی کا چھینٹا دے کر انگاروں کی آگ پر نصف گھنٹہ رکھیں +

کڑھی۔ اسکی عام مشہور اور آسان ترکیب تو یہ ہے۔ کہ نہایت ہی ترش چھاچھ
لے کر اس میں بیسن ڈال کر اور نمک مرچ مصالحہ شامل کر کے آگ پر پکاتے
ہیں جس وقت پک کر فرنی کی طرح ہو جاتی ہے۔ تب اُتار کر ٹھنڈی کر کے
کھاتے ہیں۔ مگر ایک نہایت دلپذیر نسخہ یہ ہے۔ امچور آدھ پاؤ پانی میں رگڑ
کر پھر سیر بھر پانی میں تین چھٹانک بیسن ڈال کر پکاؤ جس وقت آدھ تک ہو
جائے تب ترش دہی پاؤ بھر ملا کر نمک مرچ مصالحہ الائچی زیرہ وغیرہ ڈالکر خوب گھوٹو

دیگر۔ دہی ترش پاؤ بھر۔ پانی آدھ سیر۔ بیسن پاؤ بھر۔ گھی آدھ پاؤ۔
دیگر تمام مصالحہ جات مذکورہ بالا شامل کر کے بنائیں +

یونہی مونگ۔ ارد۔ ارہر کی کڑھی بھی تیار کی جاتی ہے +

زیادہ تر تیز کرنا چاہیں۔ تو قدرے رائی پیس کر نیچے اُتار کر ٹھنڈی
شدہ کڑھی میں ملانا چاہیئے۔ مگر یہ اس قدر تند ہو جائے گی۔ کہ بعض نازک
طبع کو فوراً چھینکیں آنی شروع ہو جائینگی +

7 **رائتہ**۔ رائتہ کا اصل اصول یہ ہے۔ کہ دہی میں تھوڑا سا پانی ملاکر اچھی طرح متھ کر یکذات کیا جاتا ہے۔ پھر جس شے کو ڈالنا ہو۔ اگر وہ بڑی ہے۔ یا اُس کے ٹکڑے بڑے بڑے ہیں۔ تو اُسکو کدوکش میں تراش کر اور پانی میں ہلکا سا جوش دے کر ڈال دیتے ہیں۔ اور حسب موافق نمک اور مصالحہ ڈال دیتے ہیں۔ بعض آدمی سُرخ مرچ ڈال دیتے ہیں۔ بعض سیاہ مرچ۔ بعض ہر دو ملاتے ہیں۔ خوشبو کے واسطے زیرہ الائچیاں ملاتے ہیں۔ اور اگر زیادہ لذیذ کرنا ہوتا ہے۔ تو کشمش، بادام، پستہ، چھوہارا وغیرہ بھی شامل کرتے ہیں۔

کدو۔ گھیہ۔ بیگن۔ آلو۔ میناپھل۔ مولی۔ گاجر کا رائتہ تو اسی ترکیب سے ڈالتے ہیں۔ مگر کشمش، پستہ، چھوہارا کا یہ طریقہ ہے کہ ہر ایک کو کچھ عرصہ پانی میں بھگو کر دھو ڈالنا اور مصالحہ دے کر دہی میں ملانا چاہیئے۔

ہر قسم کا رائتہ رائی سے بہت تیز اور لذیذ بھی ہو جاتا ہے یا امچور اور املی کی ترشی سے۔

8 **رائتہ بھتوہ**۔ بھتوہ کے ساگ کو خفیف سا جوش آکر اچھی طرح نچوڑ لیں۔ اور دہی متھ کر اس میں نمک مرچ مصالحہ شامل کرکے یکذات کریں۔

ایسے ہی کچنال میتھی۔ پالک سیم کی پھلی۔ بند گوبھی کا ڈالنا چاہیئے۔

9 **رائتہ نگدی**۔ اسکو بوندی بھی کہتے ہیں۔ ترکیب یہ ہے۔ کہ بیسن میں نمک مرچ۔ دھنیا۔ سونٹھ۔ زیرہ۔ الائچی کلاں۔ ڈال کر پتلا گھول لیں۔ اور گھی یا تیل کشادہ کڑاہی میں لال کرکے اُس میں تل کر رکھ لیں۔ جب ٹھنڈی ہو جائے تو دہی متھ کر اور قدرے مصالحہ ڈال کر بوندی دھو کر ڈال دیں۔ بس تیار ہے

10 **رائتہ ساگ سویہ**۔ ساگ سویہ سیر بھر قیمہ کرکے پانی میں جوش دیں۔ جب گل جائے تب چمچہ سے خوب کچل لیں پھر اس میں ۲ تولہ دہی تین تولہ بیسن اور

ایک تولہ میدہ اور عرق ادرک و نمک مصالحہ حسب ضرورت ملا کر خوب متھ لیں اور دیگچہ میں پانی ڈال کر آگ پر رکھیں۔ اور اُسکے منہ پر کپڑا باندھکر اس مصالحہ و دہی ملے ساگ کی قیمہ کی ٹکلیا بنا کر اُس پر رکھیں۔ اوپر سے سرپوش ڈھانک کر پکائیں۔ جب پک جائے۔ تب چھری سے ٹکڑے کر کے گھی میں تلیں۔ بعد ازاں دو سیر دہی کو متھ کر مصالحہ جات شامل کر کے رائتہ ڈالیں +

بڑھا ماش۔ ماش کی پیٹھی میں نمک مرچ مصالحہ ملا کر خوب لت کریں۔ جب آبلہ اُٹھ آوے۔ پھر رکابی پر گھی لگا کر اُس پر اس مصالحہ دار پیٹھی کو پھیلا کر چھوٹی کچوری کی طرح بڑھا بنالیں۔ اور اس پر دھنیا ادرک کے قتلے اور سالم کالی مرچیں گھی میں چھوڑ دے جائیں۔ جب تل کر سرخ ہو جائیں۔ تب پانی میں پھینکتے جائیں۔ اور نچوڑ کر دہی متھی ہوئی میں ڈبو دیں۔ اور پھر حسب ضرورت مصالحہ ڈالیں +

اگر پیٹھی میں قدرے سوڈا سا سونٹھ ملالیں۔ تو وہ بڑے بہت خستہ اور بھربھرے بنتے ہیں +

اکثر آدمی ماش کی پیٹھی میں مونگ کی دال بھی ایک ثلث ملا دیا کرتے ہیں بعض شوقین بنولوں کو ایک پانی میں بھگو کر صبح کو اس قدر جوش دیتے ہیں کہ بنولے خوب گل جاتے ہیں۔ پھر ان کو پیس کر ماش کی پیٹھی میں ملا کر ادرک اور مصالحہ ہائے ملا کر گھی میں تلتے ہیں۔ پھر متھے ہوئے دہی میں ڈبوتے ہیں

وزن۔ پیٹھی سیر بھر۔ بنولے پاؤ بھر۔
مصالحہ جات حسب خواہش طبیعت
گھی جس قدر خرچ ہو۔
دہی۔ تین سیر ہونا چاہیئے۔ ورنہ دو سیر تو ضرور ہو +

دُودھ کے مشہور اجزا

پنیر۔ جوش کھاتے ہوئے دودھ میں چند تولہ سرکہ یا دہی یا قدرے سوڈا ڈال دیں۔ تاکہ پھٹ جائے۔ بعد ازاں کپڑے میں کس کر باندھ کر لٹکا دیں۔ کئی گھنٹے لٹکتا رہے پھر اُسے تھال یا پرات میں بیلنہ سے پھیلاویں۔ یہ پنیر ہے جو کہ دس بارہ دن تک کام دے سکتا ہے۔ بعض لوگ یونہی کاٹ کر نمک یا کھانڈ لگا کر کھاتے ہیں۔ بعض ترکاریاں پکا کر کھاتے ہیں۔ بعض گوشت میں ڈال کر کھاتے ہیں +

ترکیب ترکاری یہ ہے کہ پنیر کو ریزہ ریزہ کر لیں۔ اور بحساب فی سیر پنیر کے پاؤ بھر یا ڈیڑھ پاؤ تک گھی ڈال کر اس میں ہر قسم کا مصالحہ باریک شدہ بھونیں۔ بعد ازاں وہ پنیر بھون کر اس قدر ڈالیں۔ کہ اسکی کرختی ٹوٹ جائے۔ پس یہ لذیذ چاٹ تیار ہے +

پنیر کی چند اور ترکاریاں اور پندرہ بیس طرح کی مٹھائیاں بھی بنائی جاتی ہیں۔ مگر سب مٹھائیوں کے اوراق دُور چلے گئے۔ اس لئے یہ مضمون آئندہ اڈیشن میں پورا کرینگے +

دہی۔ دہی مفرح اور مقوی دل و دماغ اور مقوی باہ چیز ہے۔ دہی میں شکر ملا کر شام کے وقت پئیں۔ تو گرمی کا نام کافور ہو جاتا ہے۔ تندرستوں کو میٹھے دہی میں کھانڈ ملا کر کھانا ہر طرح سے مفید ہے +

دہی کھانسی والے اور بوڑھے آدمیوں کو نقصان دیتا ہے +

دہی میں نمک مرچ سیاہ ملا کر روٹی کھانا بھی بہت بہتر ہے۔ عمدہ غذائیت دیتا ہے۔ دہی چاول مولی۔ سرکہ۔ مچھلی اور تیل کی اشیاء کے ساتھ بہت ہی

مضرت رسان ہے ۔

ہر روز دہی سے سر دھونا دماغ کے لئے ازبس مفید ہے دماغ کو ٹھنڈک پہنچاتا۔ بالوں کو جڑوں سے مضبوط کرتا اور بالوں کی سیاہی برقرار رکھتا ہے۔ کھٹا اور بدبودار دہی کئی ایک امراض کا باعث ہے۔ خصوصاً جس میں کیڑے پڑ گئے ہوں۔ وہ زہر کا اثر رکھتا ہے ۔

چھاچھ۔ (دوغ) اسکو پنجابی میں لسی کہتے ہیں۔ بہت ہی اچھی شے ہے۔ خصوصاً موسم گرما میں بمنزلہ آب حیات کے ہے ۔

بعض لوگ غلطی سے گاڑھی چھاچھ کو مفید اور مقوی چیز خیال کرتے ہیں مگر دراصل پتلی چھاچھ نہایت فیض بخش چیز ہے۔ لیکن وہ اس طرح حاصل کی ہوئی ہو کہ پانچ چھ سیر دہی بلوئیں (متھیں) اور دہی کے ہموزن یا قدرے کم پانی ڈال کر مکھن نکال لیں۔ اور وہ برتن ٹکا دیں۔ جب دو تین گھنٹے کے اوپر والا نتھلیا ہوا پانی اُتار کر مصری ملا کر پئیں۔ تو خواہ کیسی ہی دماغی خشکی اور جگری گرمی ہوگی۔ دس بارہ دن کے اندر کافور ہو جائے گی ۔

پلیگ والے مریض کو اگر ایسا پانی پاؤ بھر ماشہ بھر جدوار کے سفوف سے تین دفعہ (یہی خوراک پاؤ بھر چھاچھ اور ماشہ بھر جدوار) ایک دن میں دیں تو شرطیہ تندرست ہوگا ۔

گائے کے دہی کی میٹھی چھاچھ دیسی کھانڈ ملا کر چند یوم پئیں۔ تو کھانسی خشک دور ہوتی ہے۔ ویسے بھی ہر طرح سے چھاچھ اعلیٰ خوراک ہے مگر بہت گاڑھی نہ پینا چاہیئے ۔

مکھن۔ میٹھے دہی کا تازہ بتازہ مکھن نہایت ہی مقوی اعضاء رئیسہ اور مسمن بدن ہے۔ شیر خوار یا طفل۔ لڑکا۔ جوان جو کوئی کھائے ہر طرح فائدہ

ہی فائدہ پہنچانے کا موجب ہے۔ بوڑھا شخص بھی اگر کسی بلغمی مرض میں مبتلا نہ ہو۔ اور معدہ اس کا مکھن ہضم کرنے کے قابل ہو۔ تو اُسے بھی ہر طرح سے مفید ہے

شیر خوار بچوں کو ۲ سے آٹھ ماشہ تک۔ مکھن میں کوزہ کی مصری باریک شدہ اور قدرے گول مرچ سفید۔ قدرے الائچی دانہ خورد ملا کر ہر روز صبح کو چٹایا کریں۔ تو دُبلے پتلے بدصورت بچے فربہ اور شکیل نکل آتے ہیں +

چند سالہ لڑکا اور سکولوں کے لڑکے بھی مندرجہ صدر طریقہ سے کھائیں اُن کی خوراک دس ماشہ سے اٹھارہ ماشہ تک ہونی چاہیئے +

جوان آدمی اگر ضعفِ باہ یا جریان یا لاغری جسم میں مبتلا ہوں۔ تو ہر روز صبح کو تین تولہ مکھن۔ دو تولہ مغز بادام۔ تین تولہ شہد۔ چھ ورق چاندی اور اگر دو تین سونے کے ورق بھی ملائیں۔ اور چٹنی کی طرح یکذات کر کے چاٹ لیا کریں۔ تو پندرہ بیس دن کے استعمال سے ان کو حیرت انگیز فائدے حاصل ہوں گے +

کچے دودھ کا مکھن۔ یہ مکھن معتدل ہے۔ اور دہی کا اس سے سرد طبیعت ہے حاملہ عورتوں کو یا کھانسی والے مریضوں کو اس کی بجائے یہ نہ زیادہ تر قبض دیتا ہے +

ملائی کا مکھن۔ چار پانچ سیر دودھ جوش کر کے تین چار کھلے برتنوں میں رات کو ڈال کر کھلا منہ رکھ دیں۔ صبح کو اس کے اوپر کی ملائی اتار کر ایک بڑی سی بوتل کھلے منہ والی میں ڈالیں۔ اور اچھی طرح اِدھر اُدھر زور سے ہلاتے رہیں۔ پندرہ بیس منٹ میں مکھن نکل آئیگا۔ یہ مکھن نہایت ہی مقوی اور ان مندرجہ سے بہت ہی بہتر ہے۔ اعلیٰ درجہ کا لطیف اور غذا دینے والا ہے +

شیر خوار بچے کو مصری ملا کر چٹائیں۔ تو جلد جلد گفتگو سیکھے گا جس شخص کو

لکنت یا تتھلاپن کا مرض ہو۔ وہ اگر روزانہ صبح کے وقت بقدر دو تولہ چھ ماشہ شیر خشت کے ساتھ کھائے تو اس کا عارضہ ضرور جاتا رہتا ہے +

دودھ کی ملائی۔ ملائی بھی مکھن کے قریب قریب ہی افعال وخواص رکھتی ہے وہ سرد تر یا معتدل ہے۔ یا درجہ اوّل میں گرم تر ہے۔ غذائیت مکھن سے ملائی میں زیادہ تر ہے۔ نیز مکھن ان لوگوں کو جنہوں نے مقوی اور مرغن غذا کبھی نہ کھائی ہو یا کم کھائی ہو مشکل سے ہضم ہو سکتا ہے۔ یا ان کو دست آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ لیکن ملائی سے دست نہیں آتے۔ بلکہ یہ قابض ہے مکھن سے باہ کے حق میں بھی ملائی زیادہ تر مقوی اثر رکھتی ہے جگر اور دل کو بھی قوت دیتی ہے

حاملہ عورات جنکو مکھن کھانے سے دست آنے لگیں۔ اُن کو ملائی کھلایا کریں۔ تو اُن کے بچے خوبصورت اور فربہ پیدا ہونگے۔ نیز ان کے پستانوں میں دودھ بکثرت پیدا ہوگا +

خشک کھانسی والا مریض اگر تین چار دن تک ہر روز رات کو سوتے وقت پانچ تولہ ملائی میں ڈیڑھ تولہ مغز بادام۔ چار ماشہ آرد ملٹھی اور چار تولہ کھانڈ دیسی ملا کر چاٹ لیا کرے۔ تو شرطیہ اسکی کھانسی چلی جائیگی +

دودھ دیر تک رکھنا

اگر گائے یا بھینس کا خالص دودھ آگ پر اُٹھائیں۔ اس قدر کہ چہارم حصہ جل جائے۔ اور گرما گرم دودھ ایک مضبوط کالی شیشی کی بوتل میں ڈال کر فوراً سخت کارک لگا کر رکھ دیں۔ تو یہ دودھ پندرہ بیس دن تک بالکل اصلی حالت میں رہیگا +

اگر دودھ کو آگ پر اس قدر پکائیں۔ کہ نصف رہ جائے۔ مگر چمچہ سے ہر وقت

جاتا ہے کہ ملائی بالکل نہ آنے پاوے۔ اس وقت یہ دودھ بوتل میں یا
ٹین یا چاندی کے ڈبہ میں بھریں۔ اور اس برتن کو کھولتے ہوئے پانی میں گردن
تک ڈبو دیں۔ جس وقت وہاں رکھے ہوئے دودھ میں جوش آوے۔ تو فی الفور
مضبوط کارک یا ڈھکنا سے منہ اُس برتن یا بوتل کا بند کر دیں۔ تو یہ دودھ
سال ڈیڑھ سال بلکہ دو تین سال تک بھی جب نکالو گے ویسے کا ویسا نکلیگا
جب استعمال کرنا ہو۔ نصف وزن گرم پانی میں ڈالیں۔ تو بعینہ تازہ بتازہ
دودھ کی طرح لذیذ و رنگدار ہوگا۔ مکھن بہت دیر تک رکھنا ہو۔ تو سیر بھر
میں تولہ نمک ملانا چاہیئے÷

(ا) دودھ تین دن تک موسم گرما میں خام ہی رکھنا ہو۔ تو سیر بھر میں
ڈیڑھ ماشہ وزن سُہاگا بریان ڈال دیں÷

بگڑا ہوا دودھ سنوارنا

(ب) بگڑے ہوئے دودھ میں تین ماشہ فی سیر کے حساب سے گلابی جیجی بوٹی
کا سفوف ملائیں۔ اور چند جوش دیں۔ بالکل اصلی حالت پر آجاتا ہے مگر ذائقہ
درست نہیں ہوتا÷

(ج) سنبھالو چن ایک بوٹی جو کہ ڈیرہ دون کے پہاڑوں میں راقم نے دیکھی
ہے۔ وہ تلسی کے ہم شکل ہوتی ہے۔ مگر پھول سُرخ ہوتا ہے۔ اس کا سفوف
اگر سیر بھر دودھ میں بقدر ایک ماشہ ملائیں۔ اور صرف ایک جوش دیں۔ تو
دودھ ویسا ہی اصلی حالت پر آجاتا ہے۔ لطف یہ کہ ذائقہ بھی اصلی ہوجاتا ہے÷

(د) بورک ایسڈ یا سیلی سیلک ایسڈ ملا کر جوشانے سے بھی کہتے ہیں۔ کہ
دودھ کی بگڑی ہوئی حالت درست ہوجاتی ہے۔ مگر یہ میرے تجربہ میں نہیں آیا

غالباً ان ادویہ سے صرف پھٹکی باریک ہو جاتی ہو۔ تو تعجب نہیں +

(۵) پارہ یعنی سیماب ایک تولہ کوئلوں کی آگ پر ڈالیں۔ اور اس کے اوپر ایک کٹورہ کانسی کا اُلٹا رکھ دیں۔ مگر ایسے رکھیں کہ دھواں نہ نکلنے پاوے پندرہ منٹ کے بعد کٹورہ اُٹھا لیں۔ اور اُس میں بھینس یا گائے کا دودھ تازہ بتازہ کاڑھ کر مصری ڈال کر پئیں۔ تو از حد مقوی باہ ہے۔ وہ دودھ پارہ دھوئیں والا ایک ماہ تک گرمیوں کے ایام میں بھی جوں کا توں رہ سکتا ہے۔ اور ہرگز نہیں بگڑتا۔

(۶) بگڑا ہوا کشتہ یاقوت بحساب فی سیر دو رتی ڈالنے سے درست ہو جاتا ہے۔ لیکن وہ کشتہ قیمتی ہے۔

(۷) یا پوست درخت آبنوس کا پانی تازہ بتازہ چند تولہ ڈالیں۔ تو من بھر تک دودھ درست ہو سکتا ہے + فقط

گھی

میرے وطن پنجاب میں پُرانے لوگوں میں یہ عام ضرب المثل مشہور ہے

ع "جیہا گھیئو تیہا ماں نہ پیئو"

پنجاب میں گھی کو گھیئو کہتے ہیں۔ مطلب یہ کہ جیسی طاقت گھی سے حاصل ہوتی ہے۔ ویسی ماں باپ سے بھی نہیں ہوتی"۔ اور یہ صریحاً سچ ہے کیونکہ تمام غذاؤں اور دواؤں میں گھی از حد مفید اور مقوی چیز ہے +

پچھلے زمانہ کے سو سو برس کے بوڑھے جب کہیں نظر آتے ہیں۔ تو وہ اب بھی ہمارے نوجوان سے طاقتور ہیں۔ چنانچہ میں کسی قسم کی بڑائی یا تعریف یا مبالغہ سے کام نہ لے کر آپ سے عرض کرتا ہوں۔ کہ میرے پوجنیہ پتا جی اب بھی ہر طرح سے طاقتور اور تندرست ہیں۔ اب ان کی عمر ۸۰ برس کی ہے۔

للغ۴۰ سال تک وہ محکمہ پولیس میں سب انسپکٹر رہ چکے ہیں۔ اچھے طاقتور نوجوان کا اب بھی اگر وہ بازو پکڑ لیں۔ تو اس سے نہیں چھوٹ سکتا۔ وہ جسم و سڈول جسم کے ہیں۔ آج کل بھی سیر بھر دودھ اور آدھ پاؤ تک گھی ان کی خوراک ہے مگر آپ فرماتے ہیں۔ کہ ہمارے طفولیت کے زمانہ میں چار سیر پکے روپیہ کا گھی عام ملتا تھا۔ اور آج سے بیس برس پہلے تک بھی دو سیر روپیہ کا تو ہر جگہ دستیاب ہوتا تھا۔ یہی وجہ ہے۔ کہ اس وقت کے لوگ قوی اور شجاع ہوا کرتے تھے۔

اب تو ہمارے نوجوان چھٹانک بھر گھی یکدم اگر کھائیں۔ تو ان کو دست لگ جاتے ہیں۔ اور اگلے وقتوں کے لوگ آدھ سیر گھی یکدم پی جاتے تھے۔ اب لوگ یہ بات مانتے ہی نہیں۔ مگر اب بھی ہمارے پنجاب میں گنوار لوگ جب کبھی اُن کی آنکھیں دکھنی آجائیں۔ تو ان کو یقین ہو جاتا ہے۔ کہ خشکی کی وجہ سے آنکھیں آیا کرتی ہیں۔ پس وہ چند یوم ہر روز صبح کو تین پاؤ تک یا کم از کم آدھ سیر دودھ اور اس میں پاؤ بھر تک گھی ملا کر پی جاتے ہیں۔ اور صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ کسی شخص کو قبض لاحق ہو۔ یا پیٹ درد ہو۔ تب بھی دودھ اور گھی گرما گرم میں دیسی کھانڈ خاصی وزنی ڈال کر چھک جاتے ہیں۔ اور آناً فاناً ایک دو دست آنے پر تندرست ہو جاتے ہیں۔

گھوڑوں کو بھی جب کبھی دردِ شکم (کرکری) کی شکایت ہو تب بھی گھی اور دودھ ہی اعلیٰ درجہ کا نسخہ ہے۔

اکثر مزدوری پیشہ لوگ ہمارے دیش میں ایسے ہیں۔ جو سال بھر کے بعد ایک دفعہ ماہ پھاگن میں یا چیت میں ۴۰ دن تک گھی پیتے ہیں۔ اور سال بھر کی تمام کمزوری ان کی رفع ہو جاتی ہیں۔ لاغری دور ہو جاتی ہے۔ چہرہ خوبصورت اور جسم چمکیلا نکل آتا ہے۔ ان کا گھی پینے کا طریقہ یہ ہے کہ ہر روز صبح کو تین

چھٹانک پانی خوب گرم کرکے اُس میں چھٹانک بھر گھی ملا کر پی جاتے ہیں۔ دوسرے دن گھی چھ تولہ پھر سات تولہ چار چھ دن کے بعد آٹھ نو تولہ حتیٰ کہ ہر روز بارہ تولہ تک بڑھا کر ۴۰ دن پورا کرتے ہیں +

گرم پانی میں گھی پینا بہ نسبت دودھ میں ڈال کر پینے سے بہت مفید ہے گرم پانی والا گھی مسام کے روم روم میں رچ جاتا ہے +

عمدہ گھی کی پہچان۔ آج کل بدقسمتی سے جوں جوں گھی گراں ہوتا جاتا ہے توں توں ہی اُس میں طرح طرح کی ملاوٹیں ملائی جاتی ہیں۔ اور اب تو خاص کر کے بڑے بڑے شہروں میں خالص گھی بہت ہی مشکل و جستجو سے ہاتھ آتا ہے۔ کیونکہ سٹریہ باجی لوگ طرح طرح کی مضر صحت چیزیں ملا ملا کر بناوٹی گھی فروخت کرتے ہیں۔ باوجودیکہ ہماری گورنمنٹ عالیہ نے سخت درسخت جرم بھی قایم کئے ہیں کہ ایسی ناقص و مصنوعی چیزیں بنانے اور بیچنے والوں کو سزا دی جاویگی اور لوگ قید بھی ہوتے اور جرمانے بھی بھرتے ہیں۔ تاہم شرارتوں سے باز نہیں آتے۔ ہم کو کئی ایک چیزیں اچھی طرح معلوم ہیں۔ جو کہ بناوٹی (نقلی) گھی والے استعمال کرتے ہیں۔ لیکن ہم اس وجہ سے یہاں درج کرنا مناسب نہیں سمجھتے کہ مبادا کوئی پیٹ کا پجاری ہماری ہی ترکیب سے گھی بنا کر لوگوں کو لوٹنا شروع کردے۔ پس ہم صرف اچھے گھی کے بارہ میں ہی لکھنا مناسب سمجھتے ہیں +

سب سے اعلیٰ مقوی اور لذیذ گھی گائے کا گھی ہے۔ ہم جہاں جہاں نیچے آیورویدک نسخہ جات لکھیں گے۔ وہاں بھی اور دیگر ہر قسم کے امراض وغیرہ میں بھی ناظرین کو گائے کا گھی استعمال کرنا چاہیئے +

خالص گھی عام طور پر جب تک کوئی خاص چارہ یا گھاس نہ کھلایا جائے زرد رنگ کا ہوتا ہے۔ اور جما ہوا بہت خوشنما زرد ہوتا ہے +

عمدہ گھی یعنی جس گائے کو بنولے اور مقوی چارہ گھاس کھلایا جائے اس کا گھی کبھی سخت نہ جم سکتا۔ یعنی سردیوں میں بھی نرم ہی رہتا ہے +

نرم نرم یا معمولی جما ہوا گھی بھی جب ہاتھ سے چھوئیں۔ یا خالص گھی کا ڈھیلا ہاتھ میں لیکر رکھ دیں۔ تو صرف خفیف سے دسر یا چکنائی ہاتھ میں لگتی ہے لیکن خراب گھی لیسدار چیز کی طرح چپک جاتا ہے +

عمدہ گھی جب گرم کر کے دوسرے برتن میں ڈالیں۔ یا کپڑے سے چھانیں۔ تو اس میں گاد وغیرہ کچھ غلاظت نہیں نکلتی۔ اصلی خالص گھی کی خوشبو بہت دلاویز ہوتی ہے +

عمدہ گھی سے روٹیاں چپڑ کر دو دن تک بھی رکھ دیں۔ تو وہ نرم ہی رہتی ہیں۔ سخت یا بدصورت اور خراب نہیں ہوتی ہیں +

بنولے۔ السی۔ سرسوں۔ ترہ تیزک جسکو ترمرا بھی کہتے ہیں۔ گندم۔ نخود۔ ان سے سب جانوروں کا گھی بڑھ جاتا ہے +

مکھن کو دھیمی آگ پر پگھلائیں۔ اور بحساب فی سیر دو تولہ گیہوں کی بھوسی ڈالیں۔ جب دھیمی آنچ پر ہی پک کر وہ بھوسی قریباً سوختہ ہو کر نیچے بیٹھ جائے تب وہ گھی چھان کر رکھ لیں۔ تو بہت مصفیٰ ہو جاتا ہے۔ اور سال بھر تک خراب یا تلخ اور بدبودار نہیں ہونے پاتا +

گائے کے بعد بھینس کا گھی بہتر ہے۔ بھیڑ یا بکری کا ناقص ہوتا ہے + بھینس اور بکری کا گھی برف کی طرح سفید ہوتا ہے اور گائے کے گھی کی نسبت جلدی جم جاتا ہے +

بھیڑی کا گھی بودار اور زردی مائل قدر لیسدار ہوتا ہے +

اونٹنی کے دودھ سے گھی بہت ہی کم نکلتا ہے۔ اور تمام ان جانوروں

کے دودھ سے جسکی دودھ کاڑھتے کے وقت جھاگ زیادہ ابھر گئی۔ گھی بہت کم نکلیگا۔ جس کی جھاگ نہ ہو۔ اُس دودھ سے زیادہ نکلتا ہے +

ہمارے اپنے مجرب نسخے

اگر چنے یا باجرہ وغیرہ ثقیل اور دیر ہضم اناج کی روٹی کھانے سے یا مولی گاجر۔ بیر۔ کیلہ۔ تربوز۔ خربوزہ خام وغیرہ کھانے سے درد شکم اور قبضی پیدا ہو جائے۔ تو گرم دودھ میں یا گرم پانی میں حسب مقدار عمر و طاقت جسمانی کے تین تولہ سے دس تولہ گھی پلایئں +

دورہ والے بخاروں کا انجن۔ مکڑی کا جالا گرد و کثافت سے صاف کر کے ایک باریک ململ کے ٹکڑہ میں لپیٹ کر بتی بنایئں۔ اور چراغ میں گائے کا گھی ڈال کر جلایئں۔ اس کا دھواں شیشی یا چینی کے یا مٹی کے سرپوش میں حاصل کریں۔ بخار سے اول ایک گھنٹہ یہ کاجل سلائی سے دونوں آنکھوں میں لگایئں۔ تو بخار نوبتی نہ لاحق ہوگا + ایک دن میں چند بار لگانا چاہیئے +

آشوب چشم کا نسخہ۔ آنکھیں دُکھنے آیئں۔ تو یہ ازحد مفید ہے +
گائے کا گھی چار تولہ۔ پھٹکری سرخ دو تولہ۔ آگ پر جلایئں۔ اور بطور انجن لگایا کریں۔ سُرخی اور درد وغیرہ سب دور ہوگا +

گنج کا نسخہ۔ پوست ہلیلہ زرد۔ پوست آملہ۔ ناگسیر۔ لیموں کاغذی کا چھلکا ناگرموتھ۔ چنبیلی کے پھول خشک۔ ہر ایک دس تولہ۔ زراوند مدحرج۔ اکلیل الملک ہر ایک پانچ تولہ۔ سب کو باریک کر کے دس گنا پانی میں بھگویئں۔ تیسرے دن آگ پر پکایئں۔ جب ہموزن ادویات کے پانی رہ جائے۔ تو اتار کر چھان کر ۲۰ تولہ گھی ڈال کر دھیمی آگ پر خشک کریں۔ اور گھی کو شیشی میں بھر کر رکھ لیں +

ترکیب استعمال:- جس جگہ بال پیدا نہ ہوتے ہوں۔ اول وہ جگہ گرم پانی میں یک چہارم حصہ لیموں کا رس ملا کر دھوئیں۔ پھر کپڑے سے پونچھ کر خشک کریں۔ اور مندرجہ بالا گھی تر بتر چپڑ دیا کریں۔ ایک دن میں بارہ بار لگانا چاہیئے اگر ہو دو گھنٹہ بعد بھینس کے گرم دودھ سے دھو کر یہ گھی لگایا کریں۔ تو بہت جلد ہی بال بکثرت پیدا ہونگے +

مقوی باہ و مقوی دماغ نسخہ

بھوپھلی۔ خولنجان۔ زیرہ سیاہ۔ ثعلب مصری۔ موصلی سفید۔ ہر ایک چھ تولہ۔ دانہ الائچی خورد۔ رومی مصطگی۔ زعفران گول مرچ ہینگ۔ پاپیتہ۔ جاوتری ہر ایک دو تولہ۔ سب کو پانچ سیر پانی میں بھگوئیں۔ تین دن کے بعد آگ پر پکائیں۔ جب سیر بھر پانی رہ جائے۔ تو سیر بھر ہی گائے کا گھی ڈال کر آہستہ آہستہ آگ پر پکائیں۔ جب سب پانی سوکھ جائے۔ اور ادویات جل کر کوئلہ ہو جائیں۔ تو کپڑے سے گھی چھان لیں +

ہر روز صبح کو اور رات کو سوتے وقت ایک ایک تولہ گھی ہر دو وقت گرم پانی چھٹانک بھر میں ملا کر پی لیا کریں +

اگر پینے سے نفرت ہو۔ تو ایک تولہ گھی دو تولہ چنے کا بریاں کا آٹا۔ اور ایک یا دو تولہ کوزہ کی مصری ملا کر کھا لیا کریں۔ ترشی اور شراب کا پرہیز ضروری ہے۔ یہ نسخہ ایک وقت کے لئے ہے +

بوائی پھٹنے کا مجرب اور آزمودہ نسخہ۔ مولیاں مع پتوں کے کاٹ کر بقدر پانچ سیر لائیں۔ اور اس میں بیس سیر پانی ڈال کر آگ پر پکائیں۔ آگ آٹھ پہر دھیمی دھیمی جلتی رہے۔ جب آدھ سیر کے قریب پانی رہ جائے تو چھانکر

الگ کرلیں۔ اور سب فضلہ پھینک دیں +

اس پانی میں پندرہ تولہ گھی ڈال کر آگ پر پکائیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو دو تولہ رال۔ ایک تولہ سنگجراحت باریک پیس کر ملائیں۔ یہ مرہم ایک ڈبہ میں بھر لیں +

پھٹی ہوئی بوائیوں پر تین یا چار بار ایک دن رات میں لگانا چاہیئے +

بوائیاں بھر دیا کریں۔ اور پانی سے بھگوئیں نہیں۔ تین چار دن میں بڑے بڑے شگاف بھر جائینگے۔ نئے داد کے لئے بھی یہی مرہم مفید ہے۔ آتشک کے زخموں پر لگائیں۔ تب بھی فائدہ کرے گا +

آیورویدک نسخہ جات

گھرت آدی

نیل گھرت مجوزہ شری سسرت مہاراج۔ مکو۔ کٹو مر۔ کٹکی ہر ایک تین تولہ۔ ترپھلا[1] بیس تولہ جو کوب کر کے چار سیر پانی میں بھگو کر دوسرے دن دھیمی آنچ پر پکائیں۔ جب چوتھائی حصہ پانی خشک ہو جائے تو دو تولہ خیرسار باریک پیس کر ڈالیں۔ جب پھر ایک سیر پانی سوکھ جائے۔ تو اندر جو۔ دارچینی۔ دار ہلدی املتاس بہنس پدی۔ بیخ جمال گوٹہ۔ باچی۔ مولسری۔ ہر ایک تولہ تولہ وزن باریک کر کے ڈالیں۔ جب پھر ایک سیر پانی جل جائے۔ تو پچیس تولہ گھی گائے کا ڈالیں جب سب پانی اور ادویہ جل جائے۔ تو گھی نکال کر شیشی میں بھر لیں +

فوائد۔ پرانے سے پرانا جذام۔ آتشک۔ داد صرف مالش سے دور ہوتے ہیں +

مہانیل گھرت از رشی مذکورہ بالا۔ ترپھلا۔ دارچینی۔ ترکٹا[2]۔ مذنیتی

---

[1] ہرڑ۔ بہیڑا۔ املیہ (آملہ) تینوں ہموزن ترپھلا کہلاتا ہے۔ [2] مرچ سیاہ۔ پیپل۔ سونٹھ ہر سہ ہموزن ترکٹا کہلاتا ہے +

دانتیی اور املتاس ۔ چار چار تولہ ۔ آک کے پھول ۔ برنا ۔ جمالگوٹہ کی جڑ ۔ کٹھ ۔ چیتا ۔ دارہروی ۔ کیڑی ہر ایک تین تولہ ۔ سبکو جوکوب کرکے دس سیر پانی میں آگ پر پکائیں جب پانی سیر بھر کے قریب رہ جائے ۔ تو اسکو اتار کر چھان لیں ۔ اور اس میں گوبر کا رس ۔ دہی ۔ دودھ ۔ گئوموتر آدھ آدھ سیر ملائیں ۔ بعد ازاں ۔ چرائتہ ۔ کالی لسوتھ ۔ باوچی ۔ پیلو ۔ نیل ۔ نیم کے پھول ۔ ہر ایک تین تولہ پیسکر اس میں ڈال دیں اور گھی و شہد بھی بیس بیس تولہ ڈال کر ایک چکنے گھڑے میں سب کو بھر کے پندرہ روز گھوڑے کی لید میں دبا دیں ۔ پھر نکال کر نرم نرم آنچ پر پکائیں پس تیل تیار ہے ۔ یہ تیل مالش کرنے سے حسب ذیل امراض کو از حد مفید ہے +

کوڑھ کا ناش کر دیتا ہے ۔ اس گھی کو چیڑنے سے کوڑھ کے داغ ہر قسم کے مٹ جاتے ہیں ۔ اور پھلبہری خنبل کے نشانات تک دور ہو کر رنگت جسم کے ہمرنگ نکل آتی ہے ۔ علاوہ ازیں بھگندر ۔ گرمی روگ اور ارش بھی دور ہو جاتے ہیں شوتھ ۔ داد ۔ برن ۔ دُشٹ سب کو مفید ہے +

دھونتر گھرت ۔ از دھونتری جی مہاراج ۔ بھلاوہ ۔ بیل گری ۔ جل پیپل پیلا مول ۔ کنچا ۔ دس کھیرا ۔ سانٹھ ۔ چیتا ۔ سونٹھ ۔ سنبھلیر ۔ اندرجو ۔ بیرو کلتھی ہر ایک تین تین پاؤ لے کر ساڑھے بارہ سیر پانی ڈال کر آگ پر پکائیں ۔ جب ایک چوتھائی رہ جائے ۔ تو آگ پر سے اتار کر اس میں نج بسوتھ ۔ کمیلا ۔ بھارنگی ۔ جل بیت ۔ سونٹھ ۔ گج پیپل ۔ وائے ورنگ ۔ ہر ایک دو تولہ باریک پیسکر ڈالیں ۔ اور ساتھ ہی تین پاؤ گھی گائے کا ڈال کر پکائیں یہ گھی پرمیہ ۔ سوج ۔ کوڑھ اُدر روگ ۔ ارش روگ ۔ تلی ۔ ودردھی ۔ اور پڑکاؤں کو بذریعہ مالش دور کرتا ہے +

کھٹ پل گھرت شسرت رشی کا تجویز کیا ہوا ۔ پیپل ۔ پیلا مول ۔ چیتا ۔ ادرک ۔ جو کھار اور سیندھا نمک ۔ ہر ایک چار چار تولے لیکر تین پاؤ گھی اور

تین پاؤ دودھ میں ملا کر پکائیں۔ اسے کھٹ پل گھرت کہتے ہیں۔ یہ کھانے میں کام آتا ہے جسب ذیل امراض کو ازحد مفید ہے۔ پلیہ۔ مداگنی۔ گلم روگ۔ اُودروگ ادا ورت۔ سوجھو۔ کاسل۔ سوزش۔ پرتی شیائے۔ دھودات۔ اور دشم چوڑ درد کو دور کرتا ہے۔ منداگنی والے کو ہنگوادی چورن کے ساتھ دیں +

خوراک شیر خوار کو ایک ماشہ۔ چھوٹے لڑکوں کو تین ماشہ تک دس بارہ سالہ کو چھ سات ماشہ جوان آدمی تولہ بھر کھائے +

کررنج آدی گھرت از شسرت جی۔ کرنجے کے پتے اور تازہ بتازہ پھل چمیلی کے پتے۔ ببول اور نیم کے پتے۔ ہر دو ہلدی۔ موم۔ پھوا کٹکی۔ پرتیگو کشا کی جڑ۔ جل بیل کی چھال۔ مجیٹھ۔ چندن۔ خس۔ کنول۔ سارو ا۔ انسوتھ۔ ہر ایک تولہ تولہ کوٹ پیسکر تین پاؤ گھی میں پکائیں۔ یہ کررنج آدی گھرت دُشٹ برنوں کو شانت کرتا ہے۔ ناڑی برنوں کو شدھ کرتا ہے۔ اور نئے چھن برنوں کے لئے بڑا مفید ہے۔ وہ زخم جو خراب ہو گئے ہوں۔ جن پر کوئی تدبیر کارگر نہ ہوتی ہو نیز جو گہرے ناسور ہو گئے ہوں۔ جو اگنی یا کھشار سے پیدا ہو گئے ہوں۔ اور جو بڑے مہیب ہوں ایسے تمام برن اس گھرت سے شرطیہ دور ہو جاتے ہیں اور زخم صرف اوپر بطور مرہم لگانے سے دور ہو جاتے ہیں۔ ہر عمر کے واسطے مفید ہے۔

گوری آدی شرت گھرت۔ گوری۔ ملٹھی۔ کنول۔ لودھ۔ راسنا۔ چرونجی گیرو۔ رشبھک۔ پدماک۔ سارو ا۔ کاکولی۔ میدا۔ کمودنی۔ نیلوفر۔ چندن۔ شہد کھانڈ۔ داکھ۔ شالی پرنی۔ پرشن پرنی۔ شتاور۔ سب تین تین تولہ۔ جوکوب کر کے دس سیر پانی میں پکائیں جب دو سیر پانی رہ جائے۔ تو آدھ سیر گھی ڈال کر جلائیں +

فوائد۔ یہ گھرت وسنبوت۔ دُشٹ برن۔ شرو روگ نیز مکھ پاک کو دور کرتا ہے۔ گرہ آدی سے تکلیف زدہ۔ شوگ روگ والے بالک کو بھی مفید ہے

ایک دفعہ کا بنایا ہوا چھ ماہ سے زیادہ کا خراب ہو جاتا ہے۔ بچے بوڑھے جوان سب کو مفید ہے۔ کھانے میں اور مالش کرنے میں ہر دو طرح کام آتا ہے۔

وینگ آدی ناشک گھرت (سنگ سنندن کا مجوزہ)

لاکھ لودھ۔ ہر دو ہلدی۔ بنسل۔ ہڑتال زرد۔ کٹھ۔ ناگیسر۔ گیرو۔ برنا۔ مجیٹھ۔ بچ۔ پھٹکری۔ پتنگ۔ گوروچن۔ سرمہ۔ چوک کی چھال۔ بڑ کے زرد پتے۔ اگر۔ پدمک کنول گودا۔ رکت چندن۔ سفید چندن۔ پارہ۔ میدا۔ مجھا۔ ہر ایک چار تولہ۔ گھی۔ گئو موتر۔ شہد ہر ایک سیر پختہ +

پہلے تمام ادویات کو دو دن تک دس سیر پانی میں بھگو کر دھیمی آگ پر پکائیں۔ جب چہارم وزن پانی رہ جائے۔ تو گئو موتر اور شہد بھی ڈالیں۔ جب سب پانی جل جائے۔ تو گھی ڈال کر جلالیں۔ مالش میں کام آتا ہے۔ امراض ذیل کو مفید ہے۔ چہرے کی جھائیاں۔ نیلکا۔ منہ پر ہونیوالی پھنسیاں دور ہو جاتی ہیں۔ منہ بڑا خوبصورت نکل آتا ہے +

کوڑھ۔ داد۔ اور ابوائیوں پر لگانا بھی از حد مفید ہے +

اجیہ گھرت سشرت کا بنایا ہوا نسخہ

ملٹھی۔ تگر۔ کٹھ۔ بھدر دارو ہرشیو۔ پتانگ۔ ایلوا۔ ناگیسر۔ ہینگ۔ واوڑنگ۔ چندن۔ تیج پات۔ پرینگو دھیانگا۔ ہر دو ہلدی۔ ہر دو کٹیری۔ ہر دو ساروا۔ شال پرنی۔ اور سہالیکھ سب کو کوٹ کر چوگنا پانی ڈال کر پکائیں۔ جب پانی بالکل سوکھ جائے۔ تب ہموزن ادویات کے گھی گائے کا ڈال کر تمام ادویات جلائیں۔ پھر گھی کو چھانکر شیشی میں بھر لیں۔ یہ گھی سنہار جنگم اور مصنوعی تینوں اقسام کے زہروں کو دور کرتا ہے ہر قسم کے وش پر فتح پاتا ہے۔ ترکیب استعمال دونو طرح ہے۔ یعنی کھانے میں بھی کام آتا ہے۔ اور مالش و چھڑنے میں بھی برتا جاتا ہے +

پنچادی آدی گھرت (سشسرت سے لیا گیا) ترپھلا۔ خس۔ املتاس۔ کٹکی۔ اتیس۔ شتاور۔ پت پرن۔ گلو۔ ہردو اجوائن۔ ہردو ہلدی چیتا۔ نسوتھ۔ مورو۔ پٹول۔ نیم۔ بالچھڑ۔ چرائتہ۔ زیج۔ اجمود۔ پدماک۔ کنول۔ ہردو سارا ملیٹھی۔ چبہ۔ رکت چندن۔ جوالسہ۔ پت پاپڑہ۔ ترآسمان۔ اڑوسہ راسنا۔ کسیر۔ مجیٹھ۔ پیپل۔ سونٹھ اور آملے کا رس تازہ بتازہ دگنا وزن اور سے آدھا حصہ۔ ترکیب مندرجہ بالا۔ گائے کا گھی سب ادویات سے نصف وزن

فوائد۔ بخار۔ دمہ۔ گلم روگ۔ کوڑھ۔ بلیھہ۔ پانڈوگ۔ اگنی۔ ماندیہ کو مفید ہے۔ کھلایا جاتا ہے۔ بچوں کو ایک ماشہ سے چار ماشہ تک۔ جوان کو ۶ ماشہ تا دو تولہ

وات گلم گھرت (〃) آملوں کے چوگنے رس میں گھرنگ گھرت پکا کر مصری اور سیندھا نمک ملا کے وات گلم روگی کو دیں

چترک آدی گھرت (〃) چیتا۔ ترکٹا۔ ترپھلا۔ سیندھا نمک۔ ہنگو بیری چبہ انار۔ اجمود۔ پیپلا مول۔ زیرہ سیاہ۔ ہاؤبیر۔ دھنیا۔ سب چار چار تولہ۔ دہی۔ کانجی۔ بیرول کا رس۔ مولی کا پانی۔ سب بیس بیس تولہ گھی تیس تولہ۔ بطریق سابقہ پکائیں۔ وات گلم روگ کو از حد مفید ہے

ہنگو آدی گھرت۔ ہینگ۔ سیاہ نمک۔ زیرہ۔ وٹ نمک۔ انار دانہ۔ اجمود۔ پوکھر مول۔ ترکٹا۔ دھنیا۔ امل بیت۔ جوکھار۔ چیتا۔ کچور۔ زیج۔ اسگندھ الائچی۔ تلسی۔ سب کو باریک کر کے دس سیر پانی میں پکائیں۔ جب چوتھائی پانی رہ جائے۔ تو تین سیر دہی ڈال کر پکائیں۔ جب سوکھ جائے۔ تو دو سیر گھی ڈال کر پکائیں۔ سب ادویات کا وزن چھ چھ تولے ہے

یہ گھرت وات گلم روگی کو ادر شول وانچارے کو دور کرتا ہے

ودھگ گھرت - وٹ نمک - انار دانہ - سیندھا نمک چینا ترکٹا - زیرہ سیاہ - ہینگ - کالا نمک - جوکھار - کُٹھ - املی - امل بید - بجوڑے کا رس - ہر ایک دس تولہ - دہی ۴ تولہ - گھی ۲۰ تولہ - ترکیب مندرجہ بالا +

یہ گھرت گلم - پلیہہ - پردھر روگ - سُول دور کرتا ہے - کھانے میں اور مالش کرنے میں دونو طرح کام آتا ہے +

موسم سرما میں کھانا بھی چاہیئے - مگر گرمی کے ایام میں صرف مالش میں کام لائیں +

رسون آدی گھرت - لہسن کا رس - بیخ مول کا رس - مدرا - کانجی - دہی کا پانی - مولی کا رس - ترکٹا - انار دانہ - اجوائن ورکھش امل چیبا - سیندھا نمک - ہینگ - امل بیت - زیرہ سیاہ - اجمود - سب چھ چھ تولہ - باریک کرواکر بیس سیر پانی میں آٹھ پہر تک دھیمی آنچ پر پکائیں - پھر آدھ سیر گھی ڈال کر تیار کریں +

یہ گھی گلم - گرھنی - ارش - شوانش - انادر - کھانسی - کھشٹی - بخار - دمہ - مرگی - مند اگنی - پلیہ - سُول - اور وات روگوں کو دور کرتا ہے +

صرف کھانے میں کام آتا ہے - یا مرگی والے کو نسوار بھی دیجاتی ہے خوراک - بچوں کو چند رتی چٹائیں - چھوٹے لڑکوں کو مناسب بدرقہ کے ساتھ دو ماشہ - تک جوان کو چھ ماشہ تک استعمال کرائیں +

گھرت پریوگ

مختلف امراض کے لئے فرداً فرداً حسب ذیل نسخہ جات ازبس مفید ہیں +

کھانسی۔ شواس ہچکی۔ اور پرور روگ میں وٹ نمک اور سہاگہ میں
شدھ کیا ہوا دس برس کا پرانا گھی مفید ہوتا ہے۔

سیاہ نمک۔ ہرڑ اور بل گری میں شودھا ہوا پرانے گھی کا استعمال
دمہ کو مفید ہے۔

پہلی آدی گن کا پرتی واپ دے کر دواری کہنہ آدی گن میں شدھ
کیا ہوا گھی جس میں پانچوں نمک پڑے ہوں۔ شواس اور کھانسی کو دور کر دیتا ہے
بالچھڑ۔ باڑنگ۔ کنجا۔ ترپھلا۔ ترکٹا۔ چیتا دگنا۔ دودھ اور چار گنا
پانی ڈال کر گھی کو شدھ کریں۔ اور اُسے سیر کے برابر ہر روز کھانے سے
شواس اور کھانسی اور بواسیر۔ اروچی۔ گلم۔ اور پاخلنے کا پھٹ جانا اور
کھلے روگ دور ہو جاتے ہیں۔ پرہیز منشیات سے لازمی ہے۔

اور اڑوسہ کے چوگنے رس میں گھی پکائیں۔ اور اسی کی جڑ و پھول بھی
ڈالیں پھر شہد ملا کر کھائیں۔ تو کھانسی اور بدہضمی کو مفید ہے۔ یا کاکڑا سنگی۔
مدہر کا۔ بھارنگی۔ سونٹھ۔ رسوت۔ موتھا۔ ہلدی۔ ملیٹھی۔ برابر وزن۔ پانی آٹھ
گنا۔ وزن گھی ادویہ سے نصف وزن بنایا ہوا۔ گھی۔ شواس۔ کھانسی۔ ہچکی
اور سنگرہنی کو مفید ہے۔

شیپھالکا۔ کالولی۔ بھارنگی۔ شکر مولی۔ جل بید۔ وائس تیندو۔ ادرک
سفید سونٹھ۔ ہردو کیری۔ سب دو دو تولہ۔ گھی ہموزن۔ گھی میں ایک ایک دوا
جلا کر پھینکتے جائیں۔ یہ گھی تولہ بھر روزانہ کھانسی۔ شواس۔ دوش دور کرتا ہے
اور ساروا کے دگنے کاڑھے میں شدھ کیا ہوا گھی کھانسی کو مفید ہے۔

تابیستر۔ بھومی آملہ۔ بیج جے انتی۔ کٹھ۔ سیندھا نمک۔ بل گری۔ پوہکر مول۔
لوہ تیک۔ پیپل۔ چیتا۔ ہرڑ۔ اور تیجووتی سب تولہ تولہ گھی بیس تولہ۔ ترکیب مندرجہ بالا

سب قسم کے شواسوں کو دور کرتا ہے +

سدھار نھک گھرت۔ دیودار۔ بچ۔ کٹھ۔ سرسوں۔ ترکٹا ہینگ کنجا کے بیج۔ سرس کے بیج۔ شویت پنیا۔ اور چیتا کا کلک بنا کر چوگنے موتر میں ملا کر اس کو گھی میں پکالیں۔ یہ سدھار نھک۔ گھرت کرمی روگ۔ کوڑھ۔ وش۔ شواس کف۔ وشم جور۔ سرب بھوت گرہ۔ انماد۔ اور اپسمار روگوں کو بہت جلد دور کرتا ہے

منقول از سشرت

پنچ گویہ گھرت۔ وش مول۔ گڑا کی چھال۔ مورووا۔ بھرنگی۔ ترپھلا۔ املتاس پت پرن۔ اندگا۔ پیلو۔ چرائتہ۔ کنجا۔ ترکٹا۔ چیتا۔ لسوڑھ۔ پاڑھا۔ ہر دو ہلدی دونوں ساروا۔ پوہکر۔ مول۔ کٹکی۔ مدینتی۔ بیج نیلنی۔ وائے وڑنگ۔ سب چار چار تولہ کوٹ کر دس گنا پانی میں پکائیں۔ جب تین سیر پانی رہ جائے تو دودھ دہی۔ گئو موتر۔ گوبر کا رس۔ ہر ایک دو سیر پکائیں۔ جب آدھ سیر کے قریب رس اُن میں رہ جائے۔ تو دو سیر گھی گائے کا ڈال کر آنچ پر پکائیں +

یہ پنچ گویہ اکھیہ گھرت اپسمار کو دور کرتا ہے۔ نیز بھوت و ادھا چوتھیہ بخار۔ کھشئی روگ۔ شواس۔ اور انماد کو بھی بہت مفید ہے +

وا پنچ اپسمار کو دستی کرم سے۔ پیچ کو ورچن سے اور کفج کو دمن سے دور کرنا چاہیئے۔ ہر ترکیب وید سے پوچھیں۔ ایک دفعہ کا بنایا ہوا تین یا چار ماہ تک کام میں لائیں۔ پھر خراب ہو جاتا ہے +

گھی اگر چھ سات سال کا پورانا ڈالیں۔ تو بہت بہتر ہے +

پھل گھرت۔ نیز بالا۔ کٹھ۔ مجیٹھ۔ کٹکی۔ الائچی کلاں۔ ہلدی۔ ترپھلا۔ ہینگ اسگندھ۔ دیودار کا برادہ۔ بیج۔ اجمود۔ کالونی۔ میدا۔ ملٹھی۔ پدماک تمام ادویات چھ چھ تولہ۔ بسکھپرا بیس تولہ۔ پیازہ کا پانی دو سیر۔ گھی سیر بھر۔ اول تمام ادویہ

کو تین چار گھنٹہ تک پانی میں بھگو کر پکائیں۔ جب ایک حصہ پانی رہ جائے۔ تو پیاز کا پانی ڈالیں۔ جب سب پانی سوکھ جائے۔ تو گھی ڈالیں۔ ادویات جل جانے پر گھی بوتل میں بھر لیں۔ یہ گھی گرہ والے بالکوں کو اور کم بدھی والے پرشوں کے بہت ہی مفید ہے۔ بانجھ استریوں کو بہت جلد گربھ ٹھیرا دیتا ہے۔ خوراک بچوں کو تین ماشہ تک۔ مردوں وجوان عورات کو ۱۸ ماشہ تک دیں÷

کلیات گھرت از معلومات بھارت مسافر۔ اقسام خفقان۔ مرگی۔ پیلیا کو بھی بہت مفید ہے÷

پوست ہلیلہ۔ پوست آملہ۔ پوست بلیلہ۔ دیودار۔ دارہلدی جوانسہ تگر ہلدی۔ بیخ اندرائن۔ مجیٹھ۔ سرشف سفید۔ کنول گٹہ۔ کوٹ شیریں الائچی خورد۔ کٹیلی۔ تیزپات۔ لسوت۔ بارنگ۔ ناگیسر۔ ستاور۔ ملیٹھی۔ باہمن سرخ صندل سفید۔ سرخ صندل۔ پت پاپڑہ۔ ناگرموتھہ۔ سب چھ چھ ماشہ۔ گھی بیس تولہ۔ پانی چار سو تولہ۔ ادویات کو فقتی کو نیم کوب کر کے پانی میں رات کو بھگوئیں۔ اور صبح کو نرم آنچ پر جوش دیں۔ جب نصف پانی رہ جائے اتار کر چھان کر گھی ڈال کر پکائیں۔ جب صرف روغن رہ جائے۔ اتار کر شیشی میں رکھ لیں خوراک:۔ سات ماشہ سے دو تولہ تک حسب مقدار عمر و لحاظ طاقت کے استعمال کرائیں۔ کھانیکا گھی ہے÷

تمت بالخیر

گھر کا شناسی

یہ کتاب خریدنے سے گویا آپکو ہر وقت ہر امر میں مفت مشورہ دینے کے لئے ایک لائق ڈاکٹر۔ حاذق حکیم۔ کویراج وید اور کامل سنیاسی چاروں انسان خیراندیش دوست مل جائینگے۔ کیونکہ رسالہ ہذا میں معمولی فوری ناگہانی اور ہر ایک موسم کی عام بیماریوں کے ایسے ایسے بےنظیر نسخہ جات درج ہیں۔ جو فوراً تیار ہو سکتے ہیں۔ اور ہر ایک نسخہ تجویز کردہ مرض کیلئے تریاق ثابت ہو چکا ہے۔ لطف یہ کہ چاہیے ڈاکٹری نسخہ بنالو یا ویدک اور یونانی تیار کرو۔ یا سنیاسیوں کی جڑی بوٹیوں یا کشتہ جات کام میں لاؤ۔ ایک بات جو رسالہ ہذا میں بالتشریح مرقوم کی گئی ہے۔ نہ وہ آج کل کے بڑے بڑے حکما کو معلوم ہے۔ اور نہ کسی بہت بڑی دس بیس روپیہ کی طبی کتاب میں ہی کھول کر لکھی ہوئی ملتی ہے یعنی ہر ایک مرض اور ہر ایک موسم کے لئے غذا کا استعمال۔ ہم نے رسالہ ہذا میں سال بھر کے بارہ (۱۲) مہینوں کے لئے عورت مرد بوڑھے اور بچے سب کیواسطے میوہ جات سبزی ترکاری اور ہر قسم کی غذائیں۔ اور تندرستی کے اصول الگ الگ مفصل طور سے بیان کئے ہیں۔ یہ بھی صاف واضح کر دیا ہے۔ کہ فلاں غذا مفید ہے۔ اور فلاں مضر اکثر امراض کے لئے تو ایسی خوراک تجویز کی گئی ہے۔ جو دوا کا کام بھی دیتی ہے چھوٹے سے اشتہار میں کیا کیا لکھیں۔ ہم آپ کو یقین دلاتے ہیں۔ کہ یہ رسالہ خرید کر آپ تمام عمر کے لئے اپنے کنبہ بھر کی تندرستی کی رجسٹری کرا لینگے۔ بات بات پر آپ کو طبیبوں کی خوشامد نازبرداری اور دوڑ دھوپ نہ کرنی پڑیگی۔ قیمت ۱۲ ؎ خوبصورت جلد ۱ ؎

کتاب ملنے کا پتہ

گپتا اینڈ کمپنی۔ لدھیانہ۔ ایس۔ پی۔ ریلوے

ایک بالکل نئی۔ نہایت مفید اور کارآمد کتاب
لطف زندگی یا رفیق ہمدم
یہ کتاب مصنف نے بیس برس کی محنت اور دماغ سوزی کے بعد لکھی ہے اور اپنی تمام عمر کے تجربات اور
معلومات سے اسکو آراستہ کیا ہے اسمیں تمام دنیا کے مشکل کاموں کو آسان کر دکھایا ہے جسنے اس کتاب کو پڑھ لیا
گویا تمام دنیا کے کتب خانہ کی سیر کر لی اور تمام دنیا کے رازوں سے واقف ہو گیا۔ اگر آپ کو سچے رفیق کی تلاش ہے جو
ہر وقت دکھ سکھ میں ساتھ دے۔ یا اگر لطف زندگی اٹھانا چاہیں تو ضرور اس کتاب کو خرید کر اپنے پاس رکھیں
مختصر فہرست مضامین
شروع کتاب میں ہر ایک انسان کے مفید مطلب نصیحتیں
سو سو روپے کی بات۔ عقلمندوں کے زرین اقوال تجربات
درج ہیں۔ اگلے باب میں بچوں کی تمام بیماریوں کے نہایت بہتر بہدف علاج مثلاً دانتوں کا نکلنا آنکھوں کا دکھنا
کھانسی بخار ہرے پیلے دستوں کا آنا منہ میں چھالے پڑ جانا مرض ڈبہ مسان اٹھرا ان سب کی حقیقت اور نہایت
سہل و مجرب علاج درج کیا ہے۔ مردونکی تمام موذی بیماریوں کے ایسے مجرب اور مفید نسخے لکھے ہیں جو آپنے
کسی کتاب میں دیکھے یا سنے نہ ہونگے۔ مثلاً مرض آتشک خواہ کیسا ہی پرانا ہو صرف ۱۲ گھنٹے میں دور کرنا بواسیر
کو اول ہی روز فائدہ ہو خواہ خونی ہو یا بادی امساک کے بےنظیر نسخہ جات اور ایک الیسی ٹکی ہے جسکے پاس رکھنے سے
امساک ہوتا ہے اگر حاملہ عورت کمر سے باندھے تو حمل ساقط نہو جریان والا باندھے جریان دور ہو۔ نامردی سستی کا
علاج خواہ کیسا ہی سست کیوں نہو ایک ہفتہ کے استعمال سے شیر مرد بن جائے۔ مرض دمہ اور سوزاک کی
تیر بہدف دوا۔ سارسپریلا بنانا۔ تمام زہریلے جانوروں کے کاٹے کا علاج۔ تمام دھاتوں کے کشتہ کرنے کی
ترکیبیں۔ بذریعہ پانی علاج کا طریقہ وغیرہ وغیرہ ایک باب صنعت و حرفت کے متعلق ہے مثلاً ملمع سازی کا مکمل
طریقہ بذریعہ بیٹری و بلا بیٹری تصویر دیکر سمجھایا ہے۔ گھڑی سازی کا کام ہر ایک پرزے اور اوزار کی تصویر جسکو دیکھکر
ایک ناتجربہ کار آدمی بھی پورا گھڑی ساز بن سکتا ہے مثلاً بال کمانی۔ سلنڈر چول دانت لگانا۔ ٹوٹے پرزے درست
جوڑنا صفائی کرنا۔ گھڑی کھولنے کا طریقہ۔ ہر ایک بات نہایت سہل طریقہ سے سمجھائی ہے بجلی کا پورا کام جسکو پڑھکر
ہر ایک آدمی بجلی کے لیمپ بنانا۔ پنکھا چلانا وغیرہ وغیرہ فوٹو کا کام نہایت مکمل معہ تصویر لکھا ہے۔ علم مسمریزم
علم مسمریزم سیکھنے کے آسان طریقے ہمزاد کو قابو میں لانے کی تین آسان ترکیبیں جسکی چند روزہ مشق سے ہی
انسان روشن ضمیر بن سکتا ہے۔ تمام ملکوں کی سیر گھر بیٹھے کر سکتا ہے اور ہر مرض کا علاج کر سکتا ہے۔ غرضیکہ
کہانتک لکھیں تمام خوبیاں پڑھنے سے ظاہر ہونگی۔ لکھائی چھپائی کاغذ نفیس حجم ۲۶۸ صفحے۔
اصل قیمت دو روپیہ چار آنہ (عہ/۲)
مگر پہلے ایک سو خریداروں سے مع محصول (عہ/) لیا جاویگا
قیمت مجلد کتاب (عہ/) ایکروپیہ چھ آنے۔
ملنے کا پتہ منیجر گپتا اینڈ کمپنی نمبر ۲۳ مقام ٹوہانہ۔ ایس۔ پی۔ ریلوے

روتوں کو ہنسانیوالی زندہ دل بنانے والی دلچسپ اور لاجواب کتاب

ہنسی کا گول گپا حصّہ اوّل

ظریفانہ مضامین کی دلچسپ اور لاجواب کتاب جسنے چھپتے ہی تمام عالم
میں دھوم مچادی۔ ہر طرف سے دھڑا دھڑ درخواستیں آرہی ہیں صرف
تین ماہ میں دو ہزار سے زیادہ بک گئی۔ اس کتاب میں ہر مذاق کے لوگوں کے
لئے ایسے دلچسپ انوکھے لطیفے درج ہیں جنکو پڑھکر دلمیں سرور آنکھوں میں
نور پیدا ہو خواہ مخواہ ہنسی آئے جو آجتک کسی کتاب میں پڑھے ہونگے۔ عقلمندوں
بیوقوفوں کے لطیفے۔ افیمیوں احدیوں۔ کنجوسوں کے لطیفے۔ اخلاقی اور منظوم لطیفے عقل بڑھانے والے معمّے۔
دلچسپ پہیلیاں چیستاں وغیرہ لاجواب سوال وجواب انوکھے رنگ ڈھنگ کی مذاقیہ غزلیں۔ لاجواب دلفریب
مذاقیہ مضامین جن کے پڑھنے سے طبیعت نہایت خوش اور محظوظ ہو۔ دماغ کے کواڑ کھل جائیں دل و جگر
چٹکیاں لینے لگیں۔ چند مضامین کے عنوان یہ ہیں (نمبر۱) دماغ لقمان یعنی کیمیائے انسان (نمبر۲) ہمارے شاگرد
اُستاد (نمبر۳) واہ رے میں (نمبر۴) یہ مضمون نہایت تیزی سے پڑھو۔ (نمبر۵) تہذیب (نمبر۶) بسم اللہ الرحمٰن الرحیم
ڈھنگا کر آٹا سستی کر افیم (نمبر۷) کوئی کہتا ہے دیوانہ کوئی کہتا ہے سودائی۔ خوشامد سب کی سب کرتے ہیں جس کی
جس سے بن آئی (نمبر۸) باقی سب خیریت ہے (نمبر۹) ہم خاندانی حکیم ہیں (نمبر۱۰) وغیرہ وغیرہ۔
علاوہ ازیں ۶ عمدہ نہایت دل خوشکن تصاویر بھی دیگئی ہیں جنکو دیکھکر ہنسی آتی ہے اور بصنعت منقوطہ پڑھی آتی ہے
(۱) مسٹر ہارمونیم اور انکی برادری والے (۲) ہمارے مذہبی پیر اور انکی ٹکر (۳) ٹھگوں کی بڑھیا اور اشتہاری
حکیموں کی لسانی چالبازی (۴) شرابی کے دیدوں کی صفائی (۵) تھیٹر کا ٹکٹ ارکو (۶) مسٹر
روندو صاحب اور انکے دو بچوں کی تصویر۔
غرضکہ کتاب کو اسم بامسمّٰی بنانے میں کوئی دقیقہ نہیں چھوڑا گیا۔ اس کتاب کی موجودگی میں ممکن نہیں کہ
انسان رنجیدہ اداس رہ سکے لکھائی چھپائی کاغذ اعلیٰ خوبصورت جلد بندھی ہوئی۔ باوجود ان خوبیوں کے
قیمت (۱۲) مع محصول ڈاک یکمشت ۲ جلد کے خریدار سے مع محصول (۱۴) لئے جاوینگے۔

ہنسی کا گول گپا حصّہ دوم

بہت لاجواب چھپا ہے تمام لطیفے اور مضامین روتوں کو
ہنسانیوالے دلکو لبھانیوالے درج ہیں جنکو پڑھکر ہنستے
ہنستے پیٹ میں بل نہ پڑجائیں تو ہمارا ذمہ۔ یار دوستوں میں بیٹھکر پڑھنے سے بہت لطف آئیگا۔ پورے
بارہ آنہ کی قسم کھاکر کہتے ہیں کہ اگر ناپسند ہو تو بلا حجت دام واپس لیجئے۔ گھبرانے کی بات نہیں۔
قیمت وہی حصہ اول کے برابر یعنی مجلد کی صرف (۱۲) ہر دو حصے کے خریدار سے مع محصول ۱۴ لئے جاوینگے۔

ملنے کا پتہ۔ گپتا اینڈ کمپنی نمبر ۲۳ ٹوہانہ ۔ ایس ۔ پی ۔ ریلوے ۔